

広報

かわにし

milife

かわにしの未来へつなぐ生活情報誌 [みらいふ]

07

The Monthly
Magazine
for Kawanishi City

Jul. 2019 No.1363

<http://www.city.kawanishi.hyogo.jp/>

特集 体の声を聞く 健診からの第一歩

子どもの頃は定期的に受ける健診。あなたは最近いつ受けましたか

早く気付けば恐くない病気やリスク

小さな一歩が健康への大きな一歩になります



体の声を聞く——健診からの第一歩

会社や学校では、法律で実施が定められている健診
専業主婦や自営業者などは、自分から受けようとしないと受けられません
今回の特集では健診を受ける意味とその生かし方を紹介します

問い合わせ 健幸政策課 ☎(758) 4721

ちょっと待って
健診の通知
捨てていいの？



あなたは知っていますか 検診と健診の違い

【検診】がん検診など、特定の病気にかかっているかどうかを調べるために行う診察・検査
【健診】健康診断の略であり、健康状態を診断するものです。会社や学校で行う定期健診や、生活習慣病の予防のために40歳～74歳の人を対象にメタボリックシンドロームに着目して行う特定健康診査（特定健診）などがあります。広い意味合いでは検診も含みます

忙しい中でもこれからを見据えて

大切な人のために受ける健診

子育てをしながら毎年健診を受診し、近所の人や友人にも勧めている坂本かおりさん
忙しい中でも健診を受けるようになったのは、大切な人を守るためでした



健幸アンバサダー
坂本 かおり さん

自分や家族の健康を守るための第一歩

子育てをしていると、忙しくて自分のことをなおざりにしがちです。子どもの体調には気を使っているけど、自分自身のことはなかなか気が回らなかったんです。
自分の健康について考え始めたのは、体調の変化を感じた時でした。30歳代になると、睡眠は取っているのに、翌日に疲れが残ったりやすくなってきたんです。元気に子育てをするためにも、健康に気を付ける

なければと思いました。
また、15年前に身近な人ががんになったのもきっかけの一つです。早期発見することができたので、無事完治することができました。自覚症状がないのががんを発見できたのは、その人が健診を受けていたからなんです。健診の大切さを痛感しましたね。
家族を思うからこそ、仕事や子育てに力が入ります。でも、自分が病気になってしまっただけでは元も子もありません。大切な人たちを守るために、自分のことを守る。1

年に1回健診を受けて、健康状態を把握しておくことはその第一歩だと思いますね。家族にも健診を勧めています。
周りの人が健康を考えると、きつかけをつくりたい

私は今、健康に関する正しい知識を伝える健幸アンバサダーとして活動しています。自分や家族だけでなく、地域のために何かしたいと思い、手を挙げました。
近所の人に、健診を受けない理由を聞いてみたんです。意外に多いのが大きな病気が見つかるのが怖いという理由。病気が見つかったという理由。病気が早く発見すること

が何よりも大切なことです。今は予約すれば好きな時に近くの医療機関で健診が受けられます。昔よりも、身近なものになっていくんです。
家族や周りのために、忙しく頑張っている人が多いです。よね。それでも健診の時間を取ってほしいんです。それが将来を見据えた時に、自分や家族の幸せにつながると思っています。まずは、一歩を踏み出してください。

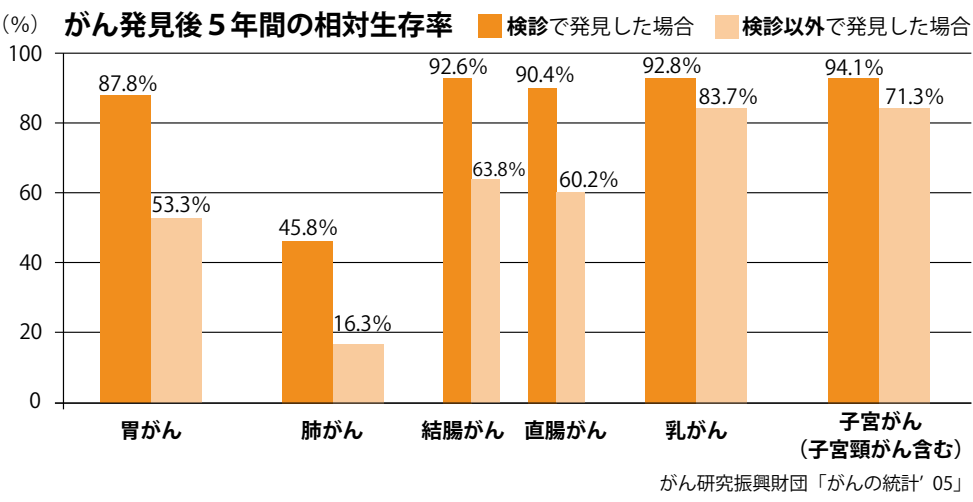
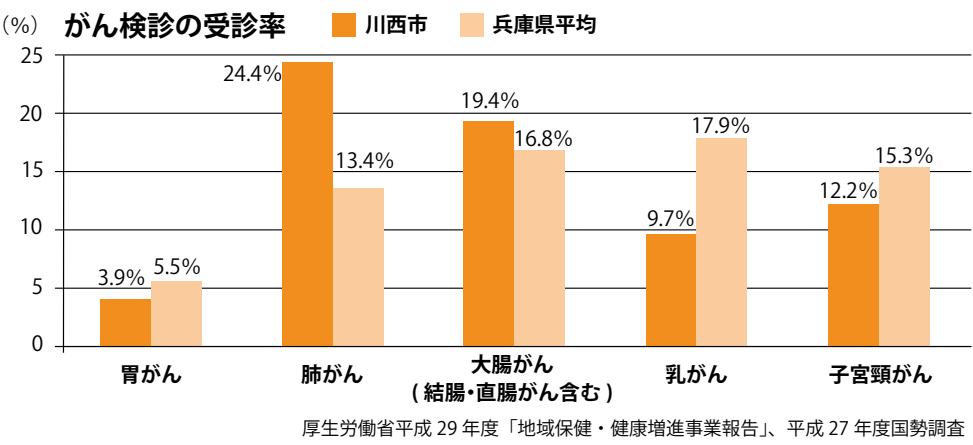
健康を伝える「健幸アンバサダー」

健康情報を身近な人に伝える伝道師。市などが主催する健幸アンバサダー養成講座に参加した人を、（一社）スマートウエルネスコミュニティ協議会が認定しています。養成講座では最新の健康に関する情報や情報伝達法を学びます。また、定期的に開催されるフォローアップ講座や発行される健幸アンバサダー通信で、知識やスキルを向上させています。



データで見る「がん」
検診で見つければ生存率が高まる

市内のがん検診受診率とがん発見後の相対生存率のグラフです
この中にあなたが受けたことのある検診はありますか



胃がんと
女性特有のがんの
受診率は
県平均以下

市内の肺がん検診と大腸がん検診の受診率は県平均と比べて高く、関心の高さが伺えます。しかし、胃がん検診と女性が気を付けたいがん（乳がんと子宮頸がん）の受診率は低く、乳がんでは約半分となっています。がん発見後の生存率を見ると、いずれも検診で発見された場合の方が生存率が高く、胃がんでは 30% 以上も生存率が高まります。

市では、特定の年齢の人に受診を促す通知や無料で受診できるクーポン券などを送付しています。また、年齢や加入保険などによっては受診料が無料となる場合があります。保健センターで行っている健診の一例は下記の通りです。年度に 1 回（乳がん検診は 2 年度に 1 回）は受診することをお勧めします。

保健センターで受けられる主な健診

対象は下記の条件を満たす市民。受け付け時間など、詳しくは 23 ページの健康カレンダーへ

健診名	対象	実施日	費用（原則）
一般健康診査	18 ～ 39 歳	毎火・金曜日	1,000 円
特定健康診査	受診券が届いた 40 ～ 74 歳	毎火・金曜日	医療保険者の定める負担額
後期高齢者健康診査	後期高齢者被保険者	毎火・金曜日	－
前立腺がん検診	満 50 歳以上の男性	毎火・金曜日	1,000 円
肺がん検診（結核検診含む）	満 40 歳以上	毎火・金曜日	500 円
胃がん検診	満 35 歳以上	毎金曜日	1,000 円
大腸がん検診	満 40 歳以上	毎月～金曜日	500 円
子宮頸がん検診	満 20 歳以上の女性	毎水曜日	1,000 円
骨粗しょう症検診	満 40 歳以上の女性	毎水曜日	1,000 円
乳がん検診	満 40 歳以上の女性	木曜日（月 2 回程度）	1,000 円

希望者は保健センター ☎ (758) 4721
へ予約を（大腸がん検診は予約不要）



保健センターで多くの健診に携わってきた篠村恭久さんに
特定健診やがん検診の受診状況、早期発見の大切さについて話を聞きました

健診で助かる命

がん検診受診率の低い川西
5 大がんである肺がん、胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん。市の検診受診率は、県下の順位で全て半分より下となっています。

平成 29 年度の調査では、胃がん検診が県内 41 市町中 37 位、乳がん検診が 40 位と特に低いです。検診の受診者が増えればその分、がんによる死亡率は下がります。

がんを恐れ過ぎない
知らない人が多いのですが、がんは早期治療で 95% 完治できるんです。そこで私が伝えたいことは二つ。

一つはがんが見つかることを過度に恐れないでほしいということです。早期発見できれば完治できたのに、結果を恐れてがん検診を受診しない

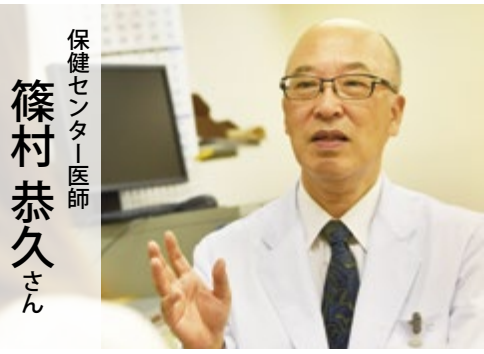
がんは早期治療で完治可能
そのために定期的な検診を

人も多いんです。治せない段階になってから病院に来る人を見るとやるせない思いになります。自覚症状が出て病院にかかるなど、がん検診以外でがんを発見した場合よりも、検診で発見した場合の方が生存率が高いという研究結果があります。

もう一つは、早期治療を行うために定期的ながん検診を受けてほしいということ。検診を受けているがんはほとんど早期発見できます。

健診で突然死を防ぐ
がん検診と同じように特定健診も重要です。がんに次いで死因として多い心疾患と脳血管疾患は、初期段階では自覚症状がなく、原因となる高脂血症などを特定健診で見つけなければいけません。放置すると脳卒中や心筋梗塞などで突然命を失う可能性もあります。

例えば心疾患の一種の心不全では、重症患者の 50% が 2 年以内に亡くなるといわれています。軽症にとどめるように早期から治療する必要があります。特定健診も定期的に受けることが重要です。



まず気を付けたいのは食生活と運動

生活を無理なく変える

多くの検査項目がある特定健診。結果を見ても、改善方法が分からないという人も多いのではないだろうか。特定健診を無駄にせず、日常生活で生かすことを紹介します

食生活を変えるのが基本

特定健診は結果を生かしてこそ意味があります。無理をしても続かないので、まずは日常生活で簡単にできることから始めることが大切です。特定健診結果の各項目は、普段の食事の際のちょっとした工夫で改善できます。

例えば高血圧の人は、だしのうまみを生かして、調味料を減らすなどの工夫で減塩できます。

LDL(悪玉)コレステロール値が高い人は、イワシなどの青魚を食べる、油を用いた献立は一品にするなどの工夫がお勧めです。残業の時は夕刻に軽食を取り、遅くなる夕食の量を減らすのもいいですね。また、野菜のおかずを毎食一品は食べてほしいです。知らない人も多いんです



保健センター管理栄養士
米田美生子

少しの工夫で 検査結果を改善

が、睡眠時間が短いと食欲が増すので、よい睡眠を心掛けることも有効ですよ。

達成感と交流で運動を継続

血糖値が高い人は運動習慣が大切です。今ならかわにし健幸マイレージがお勧め。運動などでポイントがたまり、商品券がもらえます。参加者からは、「活動量計で歩数が分かるので、成果を確認できて達成感がある」との声を聞きます。もう少し歩こうと思つて頑張れるそうです。家事や階段の昇り降りなど、日常生活で少し運動を心掛けるだけでも随分違います。

人との交流も運動を続けるコツです。通い始めたフィットネスで、健幸マイレージの参加者同士で知り合いになり、話すの楽しみにしている人もいます。

特定健診の検査項目の内、6項目について日常生活で改善できる例を紹介します

脂質 **中性脂肪
コレステロール**
■野菜やキノコ類、海藻類、豆類など食物繊維が多い食材を積極的にとる。
■脂身の多い肉やお菓子、酒類の取りすぎに注意する。

血圧 **最高血圧
(収縮期血圧)**
■麺類のつゆを飲み干さない。
■味付けにハーブや香辛料、酢、スダチ、レモンなどを使う。

肥満 **腹囲・BMI**
■バランスの良い食事を心掛け、1日3食規則正しく食べる。夜遅くに食べない。
■家事をするなど、こまめに体を動かす。

貧血 **ヘマトクリット
血色素量・赤血球数**
■鉄分とビタミンB群を含む食材を意識して食べる。
■偏食、欠食をせず、バランスの良い食事をする。
■軽い運動を行う。

血糖 **ヘモグロビン A1c
尿糖**
■食物繊維が多い野菜やキノコ類、海藻類、豆類などの副菜をご飯より先に食べる。よく噛んで食べる。
■夜遅くに食べない。

肝機能 **AST・ALT・γ-GT**
■1日の飲酒量をビールなら500ミリリットル、ワインならグラス2杯、日本酒なら1合、焼酎やウイスキーなら60～70ミリリットルまでにする。
■休肝日を週2日設ける。

長年続く先進的な連携

市 内で健診を受けられる場所の一つに保健センター内の市医師会メディカルセンターがあります。市との連携で作った施設で、全国的にがん検診が始まる約10年も前から、先進的な健診や検査を行ってきました。

例えば、健診後に行う精密検査。大阪大学や兵庫医科大学、大阪医科大学の教授が顧問となり、大学から優秀なスタッフが来て検査します。

教授とスタッフは診てきた患者も多く経験値が高いので、質の高い検査を受けることができます。このような大学との連携は珍しいんですよ。

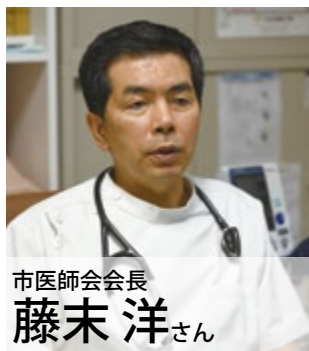
また、市との連携によって、各医療機関だけではできない検査を共同施設として取り入れることができるのもメリットですね。

加えて、健診で異常が見つかったらどうすればいいのか、という点でもフォローを行っています。病院を紹介する他、毎年健康大学という講

座を行い、がんや生活習慣病などの予防や対処法などを伝えています。今年度の募集は終了しましたが、来年も開講予定です。多くの人に受けてもらいたいですね。

その他、健診を受けられる市医師会メディカルセンターでは、体への負担が軽い血液検査のみの前立腺がん検診をいち早く導入しました。また、市内の医師会員の医療機関でも多くのがん検診や特定健診が受けられます。

これから健診や医療の質を高め、健康に暮らせるまちづくりを進める必要があると考えています。市と連携しながら、よりよい医療と情報を提供していきます。



市医師会会長
藤末 洋さん

教室やプログラムを活用 健康に長生きをサポート

市では、健診結果を知った後の行動を手伝う教室や相談会を行っています

22・23 ページの「健康」で各催しの内容を掲載

全て事前の申し込みが必要です

問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

締切間近
7月11日
必着

参加する

かわにし健幸マイレージ

健康のためのウォーキングや、健康や運動に関するイベント・講座に参加してポイントのため、市内協力店で使える商品券と交換するプログラム。7月11日(木)(必着)まで、新たな参加者1,000人を募集しています。活動量計での参加者には、タニタの活動量計(5,000円相当)を進呈します。

対象 30歳以上の市民(令和2年3月末時点)
※過去の参加者は応募不可

費用 活動量計での参加は1,000円
スマートフォンアプリでの参加は500円

定員 1,000人(定員超過の場合は抽選)

申し込み 保健センターなどに備え付けの応募用紙(6月上旬に全戸配布済み)に必要事項と登録説明会の希望日時を書き、保健センターやアステ市民プラザ、行政センターに持参または郵送してください



商品券を取り扱う店舗と事業者を募集しています。締め切りは7月31日(木)。申し込み方法など詳しくは市ホームページへ



キャンプの“ワザ”をワイワイ学ぶ

野外活動を通じて、仲間や子どもたちと成長する“ボランティアリーダー”について学ぶ人を募集します。講師は、平成16年から青少年を対象としたキャンプなどの活動続けるNPO法人「ブルービーンズショア」代表の佐島由紀子さんとキャンプディレクターの佐島弘理さん。キャンプやボランティアリーダーに関する基礎知識を学びます。

対象 おおむね19～29歳の市内在住・在勤・在学者
費用 材料費など実費
定員 20人（定員超過の場合は抽選）
申し込み 7月19日（金）までに、メールで、件名を「仲間と一緒にリーダーになるセミナー申込」、本文に住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号（携帯電話優先）を入力し、kawa0168@city.kawanishi.lg.jp に送信してください

開催日時 参加者の予定などを勘案した上、後日決定
場所 ブルービーンズショアセミナーハウスまたは知明湖キャンプ場

講座内容	
Day 1	オリエンテーション&セミナー リーダーとしての心構えや基礎知識を学ぶ
Day 2	実技体験 前回学んだ知識をアウトプットする実技講座
Day 3	交流講座 ブルービーンズショアメンバーと交流デイキャンプ
Day 4	リーダー講座 子どもが参加できるデイキャンプイベントを開催 (内容は変更することがあります)

問い合わせ こども支援課 ☎(740)1246

親子で学ぶ
体験イベント

クイズやゲームで買い物体験

夏休みくらしの親子講座



NPO法人「C・キッズ・ネットワーク」が「おつかい上手にできるかな？」をテーマに、クイズやゲームなどを行います。保育あり（1歳半～就学前。各先着7人。7月19日（金）までに予約を）。

日時 7月29日（月）・30日（火）の午前10時～11時半と午後2時～3時半
場所 市役所7階会議室
対象 小学1・2年生と保護者
定員 各18組（先着順）
申し込み 電話で7月2日（火）午前9時から消費生活センターへ

問い合わせ 消費生活センター ☎(740)1333

川西で発掘された銅鐸や瓦を見てみよう

夏休み子ども考古学教室



約100年前に出土した
栄根銅鐸などで
デザインしよう

テーマは「考古学タペストリーを作ろう」。市内で出土した瓦や銅鐸の模型を使い、タペストリーを作ります。汚れても良い服で、飲み物とタオルを持参してください。

日時 7月24日（水）午前10時～正午
場所 文化財資料館
対象 小学生（3年生以下は保護者同伴）
定員 15人（先着順）
申し込み 電話で7月2日（火）午前9時半から同館へ

問い合わせ 文化財資料館 ☎(757)8624



土木技術職 5年目
民間経験を経て入庁。水道の給排水設備を担当し、設置時の審査などのやり取りを行う。また、市民からの窓口相談も受け付ける

令和2年4月採用の職員を募集

まちの未来を描く力に



事務職 6年目
大学卒業後入庁。大学で学んだ知識を生かし、社会教育の推進に従事。大学教授や教職員などで行う協議会の運営や市民団体の活動支援を担当

応募締切 >>> **技術職 7月8日（月）** **事務職 7月16日（水）**

令和2年4月1日採用の市職員を募集します。募集職種と条件は下表の通り。1次試験は7月28日（日）です。
希望者は、市所定の申込書または統一応募用紙に必要事項を書き、技術職は7月8日（月）、事務職は7月16日（火）の午後5時半（必着）までに市役所4階の職員課へ持参するか、〒666-8501・職員課へ簡易書留郵便で郵送してください。
募集要項と申込書は、職員課と中央図書館、アステ市民プラザ、キセラ川西プラザ、大和行政センター、各公民館で配布します（市ホームページからダウンロード可）。
事務職（障がい者対象）と技能労務職、建築技術職、消防職、保育教諭、調理師は、広報誌8月号に掲載予定です。

CHECK

採用は人物重視

公務員試験の対策は不要
合格通知は9・10月を予定

職種	採用予定人員	受験資格
事務職	6人程度	平成4年4月2日～10年4月1日生まれの人
土木技術職	6人程度	昭和59年4月2日～平成12年4月1日生まれで、土木に関する専門課程を修了または令和2年3月末までに修了見込みの人
電気技術職	1人	昭和59年4月2日～平成12年4月1日生まれで、電気に関する専門課程を修了または令和2年3月末までに修了見込みの人

※地方公務員法第16条（欠格条項）に該当する人は受験できません
※障がいのある人で試験時に特別な配慮が必要な人は、申込書提出時に申し出てください

問い合わせ 職員課 ☎(740)1142

ホームページで
随時更新中

募集状況や職員インタビューなどを市ホームページで更新しています。
右記二次元コードからアクセスできます





無償化の手続き

10月からの幼児教育・保育の無償化
手続きが必要な人は申請書の受け取りと提出先を確認

問い合わせ 幼児教育保育課 ☎(740) 1175
障害福祉課 ☎(740) 1178



無償化になる施設

幼稚園や保育所、認定こども園、小規模保育事業所、認可外保育施設、企業主導型保育所、障がい児通所施設。上限金額や条件、対象となる施設など、詳しくは市ホームページ（右記からアクセス可）で順次更新します



保育料などの 無償化が始まります

10月から幼児教育・保育の無償化が始まります。
対象は全ての3～5歳児と住民税非課税世帯の0～2歳児。幼稚園や保育所などの保育料に当たる費用が無償になります（行事費や食材料費などは原則実費負担）。

給付認定申請書は 施設または市で配布

無償化を受けるには、給付認定申請書の提出が必要です。子どもの現在の通園状況によって、手続きの方法が異なります。

現在通園していない場合も、保育の必要性が認められれば、一時預かりや病児保育などが無償化の対象になるため、確認してください。

- ▼私立幼稚園（新制度未移行）
- ▼公立幼稚園、認定こども園（1号認定）
- ▼認可外保育施設

園・施設で給付認定申請書を配布。必要事項を書き、各施設へ提出してください。保護者が就労しているなど保育の必要がある家庭は、勤務証明書などを添えてください。

市外の認可外保育所に通っている、または申請書を受け取れない人は、幼児教育保育課に問い合わせてください。

- ▼保育所・園、認定こども園（2・3号認定）
- ▼小規模保育事業所

手続きは不要です。

- ▼企業主導型保育所

通っている施設に問い合わせてください。

- ▼保育の必要性があるが、どの施設にも通っていない

幼児教育保育課に問い合わせてください。

- ▼障がい児通所施設

障害福祉課に問い合わせてください。

かわにしの子育てに寄り添う

募集

保育士・幼稚園教諭など

市では、市立保育所・幼稚園・認定こども園で働く職員を募集しています。対象は、60歳未満で必要な資格・免許を持つ人。希望者は、履歴書（写真貼付）に必要な事項を書き、必要な資格・免許の写しを添えて、市役所3階の幼児教育保育課に持参してください。

【募集職種】()内は必要な資格・免許

- ▶保育士（保育士資格）
- ▶保育教諭（保育士資格・幼稚園教諭免許）
- ▶障がい児加配担当
- ▶地域子育て支援担当
- ▶用務員
- ▶給食調理員

勤務時間や給与など
詳しくは幼児教育保育課へ

問い合わせ 幼児教育保育課 ☎(740) 1175

選挙

7月21日は投票へ

参議院議員(通常選挙)の投票日

期日前投票は市内2カ所まで7月20日まで実施

問い合わせ 選挙管理委員会事務局 ☎(740) 1251

7月21日(日)は参議院議員通常選挙の投票日です。今後の国政を託す大切な選挙です。必ず投票しましょう。

投票所入場整理券は投票日まで世帯主宛てに送付します。投票は参議院選挙区選出議員選挙、参議院比例代表選出議員選挙の順で行います。

開票は同日午後9時半から総合体育館で行い、投票票速報は市ホームページで公開。転居や転出時、投票所に行けない人の投票方法は市ホームページなどに掲載。

投票日時

7月21日(日)午前7時～午後8時に投票所入場整理券を持

ち、指定の投票所で投票してください。入場整理券がなくても、投票所で本人確認ができれば投票できます。

期日前投票

仕事や旅行などで投票日に投票所へ行けない人は、期日前投票ができます。投票所入場整理券に必要な事項を書き、いずれかの期日前投票所へ。未着や紛失した場合は、本人確認ができれば投票可。

▼市役所1階

7月5日(金)～20日(土)の午前8時半～午後8時

▼東谷行政センター

7月14日(日)～20日(土)の午前9時～午後5時半

選挙公報を各戸配布

候補者や政党の政見などを掲載した選挙公報は、7月11日(木)ごろから各戸に配布します。市役所1階の正面案内や各公民館に備え付ける他、市ホームページでも閲覧可。

採れたて&作りたてを販売

かわにし まるまる マルシェ



7月3日

市農業振興研究会などが、川西産の農林産物やラスク、ゼリーなどの加工品、植木や花などを販売します。雨天決行、荒天中止。

日時 7月3日(木)午前9時～11時(売り切れ次第終了)

場所 藤ノ木さんかく広場

問い合わせ 産業振興課 ☎(740) 1164

エコの仕組みを学んで体験

減らそう食品ロス 親子バスツアー



- ①国崎クリーンセンター見学と皿絵付け体験
 - ②ハグミュージアム見学とごみダイエツクッキング
- いずれかのみ申し込み可

- 日時 ①7月25日(木)午後0時15分市役所集合
- ②7月20日(土)、8月2日(金)午前9時市役所集合

場所 ①国崎クリーンセンター②ハグミュージアム

対象 市内在住の①小学生②小学4～6年生
いずれも保護者同伴

定員 ①8組②各10組(定員超過の場合は抽選)

申し込み 市役所南玄関横の美化推進課コーナーに備え付けの応募用紙に必要な事項を書き、郵送かファクスで7月4日(木)(必着)までに〒666-0011・出在家町1-11の美化推進課へ(申し込みフォームから申し込み可)

申し込み
フォーム



問い合わせ 美化推進課 ☎(744) 1170・☎(744) 1221

今年度の保険税・料をお知らせします

昨年からの変更点を掲載
対象者に送付する各保険・制度の案内や
同封の冊子を確認してください

国民健康保険

問い合わせ 国民健康保険課 ☎(740)1170

今年度の保険税額が決定 軽減内容などを一部変更

保険税は被保険者がいる世帯の世帯主に課せられ、税額は前年の所得や被保険者数によって決まります。

平成31年度の納税通知書を7月中旬に送ります。今年度は税率改定はありません。課税限度額と軽減制度などについて一部変更があります

た。変更内容は次の通り。
【課税限度額の一部を引き上げ】

医療給付費分の課税限度額が、58万円から61万円に変更。
【軽減制度の条件を拡大】
「軽減判定所得」が、33万円＋28万円×（被保険者数＋後期高齢者医療制度に移行した人の数）以下の世帯の人が5割軽減に、33万円＋51万円×（被保険者数＋後期高齢者

【納付方法】特別徴収（年金天引き）か普通徴収（納付書払いや口座振替）のいずれか。納付書が届いた人は、納期限までに納付してください。

問い合わせ
保険収納課 ☎(740)1177
介護保険課 ☎(740)1148

医療制度に移行した人の数）以下の世帯の人が2割軽減に対象者を拡大。
【被扶養者だった人の減免期間を2年間に変更】

被用者保険の被保険者本人が後期高齢者医療制度に移行することで、新たに国民健康保険に加入した被扶養者（65歳以上75歳未満）の均等割額と平等割額の減免措置（5割減免）が、加入後2年間に変更。平成29年4月以前に加入した人は、今年度以降減免は適用されません。平成29年5月以降に加入した人は、加入した月から25カ月目から減免適用がなくなります。なお、所得割額については、当分の

間、全額が減免されます。
離職時などの減免制度

災害で損害を受けた、倒産や解雇によって離職した、休（廃）業したときなどは、申請により保険税の減免を受けられる場合があります。納期限の5日前までに国民健康保険課に申請してください。

資格喪失後の 医療機関の受診に注意

就職や転出などで、社会保険などの新しい健康保険に加入した人は、国民健康保険の被保険者証を使用しないでください。

新しい被保険者証が届くま

でに医療機関などを受診する場合は、社会保険などへの加入手続き中であることを医療機関などへ申し出てください。誤って国民健康保険の被保険者証を使用して受診した場合は、後日国民健康保険の給付費相当額を返還してもらうことがあります。

国民健康保険高齢受給者証 7月中に送付

70歳以上の人に、8月1日（木）から使える「国民健康保険高齢受給者証」を世帯主宛てで個人ごとに7月末までに送ります。8月1日からは新しい受給者証を被保険者証と一緒に使用してください。

イベント

プロに学ぶ 健康食とストレッチ

EXILEフィジカルトレーナー健康セミナー

日時 9月15日(日)午後1時—3時
場所 アステホール
対象 国民健康保険加入者
定員 200人（定員超過の場合は抽選）

参加希望者は、6月下旬に全戸配布したリーフレットに添付の申し込みハガキ、または市ホームページから8月9日（消印有効）までに申し込んでください。



問い合わせ 国民健康保険課 ☎(740)2006

後期高齢者医療制度

問い合わせ 医療助成・年金課 ☎(740)1108

今年度の保険料額が決定 軽減内容の一部変更

保険料は被保険者の一人一人に課せられ、等しく負担する「均等割額」と、前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計で決まります。保険料額（年額）の上限は62万円、所得の低い人は保険料が軽減されます。

平成31年度の保険料額決定通知書を7月中旬に送ります。均等割額の軽減などについて一部変更がありました。変更内容は次の通り。

【均等割額の軽減割合を変更】

平成30年中の世帯（世帯主と世帯内の被保険者）の「総所得金額等」が33万円以下

で、公的年金等控除額を80万円で計算したとき、世帯内の被保険者全員の所得が0円の人（本則7割軽減）の軽減割合が9割から8割に変更。

【軽減対象者を拡大】

5割軽減の対象者は、「総所得金額等」が33万円＋28万円×被保険者数の人に、2割軽減の対象者は33万円＋51万円×被保険者数の人に拡大。

【被扶養者だった人の軽減期間を2年間に変更】

制度に加入する前日に会社の健康保険などの被用者保険の被扶養者だった人の均等割額の軽減措置（5割軽減）が、加入後2年間に変更。平成29年4月以前に加入した人は、今年度以降軽減されません。

後期高齢者医療被保険者証 7月中に送付

75歳以上の人と一定の障がいがあると認定された65歳以上のの人に、8月1日（木）から使

える「後期高齢者医療被保険者証」と「限度額適用（標準負担額減額）認定証」を7月末までに送ります。
保険料の納付状況によって、有効期限が短い被保険者証を送付することがあります。納付が困難な場合は、保険収納課に早めに相談してください。

なお、一部負担金の割合は、31年度の住民税課税所得と30年中の収入額をもとに判定。世帯状況の異動や所得の更正により、随時変更することがあります。

基準収入額適用申請書で 負担割合を下げられます

負担割合が3割と判定されている人のうち、収入額が一定の基準額以下の人は、申請すると1割負担となります。該当する可能性のある人に、6月下旬に申請書を送付していただきます。申請が認められると、7月12日（金）までに提出した人は、1割負担の被保険者証が届きます。7月12日以降に提出すると、3割負担の被保険者証が届き、申請した月の翌月から1割負担となった被保険者証が後日届きます。

介護保険制度

問い合わせ 介護保険課 ☎(740)1148

今年度の保険料額が決定 保険料の一部引き下げ

平成31年度の介護保険料納入通知書を7月中旬に送ります。保険料の一部引き下げがありました。変更内容は次の通り。

【世帯全員が市民税非課税の人の保険料を引き下げ】

10月からの消費税増税に伴い、住民票での世帯全員が市民税非課税の人（第1、3段階）の介護保険料が、下表の通り引き下げられました。

介護保険負担割合証 7月中に送付

要支援・要介護認定を受けている人に、介護保険負担割合証を7月末までに送ります。有効期間は、8月1日から令和2年7月31日までです。新しい負担割合証は担当ケアマネジャーまたは施設に提示してください。

市の介護保険料（抜粋）

所得段階	平成30年度	平成31年度
第1段階	2万5,326円	▶ 2万1,105円
第2段階	3万9,396円	▶ 3万3,768円
第3段階	4万2,210円	▶ 4万0,803円

子どもの人権オンブズパーソン

子どもを守る相談窓口

友達や家族に話しにくい悩み、打ち明けてみませんか

平日は毎日電話と窓口で受け付けています

大学教授や弁護士など専門知識を持った3人のオンブズパーソンと、4人の調査相談専門員が、困っていることの問題解決に向けて一緒に考えます。子どももおとなも相談できます。



子どもの人権オンブズパーソン電話相談窓口

☎0120(197)505

市役所5階 平日午前10時—午後6時

相談数で圧倒的に多いのが「家族をめぐる問題」。友人トラブルや進路問題の背後に、親子問題や家庭生活上で困難を抱えていることが多いと感じています。

相談を受ける中で気になるのが、子どもの存在が置き去りにされていること。「子どもの最善の利益」が守られていないと感じます。

「自分一人が我慢すれば」「どうせ言っても変わらないし」と思わないでください。誰もが大切にされるべき存在です。相談をお待ちしています。

代表オンブズパーソン

堀家由妃代

佛教大学准教授。特別支援教育、教育社会学を専門とする



全国初の取り組み開始から20年 子どもの人権オンブズパーソンは、子どもからの相談受け付けや人権擁護・救済の申し立て、調査活動などを行っています。川西市が全国で初めて制度を導入し、20年が経過しました。

問い合わせ 子どもの人権オンブズパーソン事務局 ☎(740)1235

朝夕の交通事故に注意

問い合わせ 交通政策課 ☎(740)1180

夏の時期は、暑い時間を避けて朝夕に活動する高齢者や夏休みに屋外で活動する子どもが増えます。運転手も、レジャーなどにより交通状況が変わることや、暑さからくる疲れなどから交通事故の多発が懸念されます。

一人一人が交通ルールを守り、交通事故を防止しましょう。

市長の資産などを公開

問い合わせ 秘書広報課 ☎(740)1103

「川西市長の資産等の公開に関する条例」に基づき、「資産等補充報告書」と「関連会社等報告書」を公開します。いずれも、7月8日(月)から市役所2階の市政情報コーナーで閲覧できます。

浸水想定区域図を公表

問い合わせ 阪神北泉民局宝塚土木事務所 ☎0797(83)3189

猪名川（滝山町より上流）など県が管轄する河川で、1,000年に1度を超える大雨を想定した際の浸水想定区域図を県が公表しました。県ホームページの他、市役所4階の危機管理課、各公民館などで閲覧できます。

ひとり親家庭のキャリアアップを支援 立支援教育訓練給付金

問い合わせ こども支援課 ☎(740)1179

ひとり親家庭の父または母が、就職やキャリアアップのために、雇用保険制度の教育訓練給付金の指定教育訓練講座を受講した場合、入学金と受講料の60%（上限あり）が支給されます。

条件や手続きの方法など詳しくは、市役所3階のこども支援課へ。講座受講前に手続きが必要です。

国民年金の保険料納め忘れに注意

問い合わせ 医療助成・年金課 ☎(740)1171

保険料を納め忘れていると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できない場合があります。

経済的な理由などで保険料の納付が困難な人は、保険料免除制度と納付猶予制度が利用できます。市役所1階の医療助成・年金課に備え付けの申請書に必要事項を書き、申請してください。

50歳未満の人は、世帯主の所得に関わらず本人と配偶者の所得によって保険料の納付が猶予される場合があります。

健康づくり推進協議会委員を募集

問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

市民の健康づくりと保健に関する重要事項を調査・審議する「健康づくり推進協議会」の委員を2人募集します。任期は9月30日(月)から2年間。年3回程度の会議に出席し、医療・福祉関係者などと共に審議します。

地域での健康づくりや保健の推進などに関心のある市民▷市保健センターに備え付けの応募用紙（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を書き、「健康づくりに大切なこと」をテーマにした作文（800字以内）を添えて、7月31日(水)（必着）までに〒666—0016・中央町12—2の保健センターへ

土地・家屋などの実地調査を行います

問い合わせ 資産税課 ☎(740)1133

地方税法に基づき、固定資産税と都市計画税の課税対象となる土地・家屋・償却資産の実地調査を行っています。新築・増築家屋は、身分証と名札を携帯した資産税課職員が、内外部の建築資材などを調べます。適正な課税のための調査に、協力をお願いします。家屋を取り壊した場合は、速やかに滅失届を市役所2階の資産税課へ提出してください。ただし、今年中に法務局で滅失登記をする場合は不要です。

住民基本台帳の閲覧状況を公表

問い合わせ 市民課 ☎(740)1166

住民基本台帳法に基づき、住民基本台帳の一部の写しについて閲覧状況を公表します。平成30年度の閲覧状況を、7月1日(月)～31日(水)の平日に市役所1階の市民課と各行政センターで閲覧できます。また、市ホームページでも公表しています。

地域の納涼祭と夏祭り

問い合わせ 参画協働課 ☎(740)1600

自治会やコミュニティ組織が下記の通り開催。

【盆踊り大会（川西北）】

時 7月27日(土)午後6時半から（雨天時28日(日)）

▷場 川西北小学校

【清和台地区納涼祭（清和台）】

時 7月27日(土)・28日(日)。いずれも午後6時から

▷場 清和台中央公園

【納涼祭（東谷）】

時 7月27日(土)午後5時から（雨天時28日(日)）▷

場 東谷小学校

市役所敷地内が全面禁煙になります

問い合わせ 保健センター ☎(758)4721

県の「受動喫煙の防止等に関する条例」が改正されたことを受け、7月1日(月)から市役所などの官公庁施設の敷地・建物内とも原則禁煙になります。

条例の内容など詳しくは、県健康福祉部健康増進課☎078（341）7711へ。

事業者向け説明会を7月19日に開催 プレミアム付商品券取扱店を募集

問い合わせ 産業振興課 ☎(740)1162

10月から使用を開始する市プレミアム付商品券を利用できる取扱店を募集します。希望者は、特設ホームページ●<https://www.knt-ks.co.jp/kawanishi/>に掲載する募集要領を確認の上、インターネットから申し込んでください。8月5日(月)までに申し込んだ事業者は、利用できる店舗のマップに掲載します。詳しくは、(株)近畿日本ツーリスト内「川西市プレミアム商品券取扱店募集係」☎050（3786）5514へ。

7月19日(金)午後2時からアステホールで登録希望者への説明会を行います。希望者は当日会場へ。

納期限は7月31日(水)です

固定資産税・都市計画税〈第2期〉

課税に関する問い合わせは資産税課☎(740)1133、納付については市税収納課☎(740)1134へ。

国民健康保険税〈第1期〉

後期高齢者医療保険料〈第1期〉

介護保険料〈第1期〉

詳しくは保険収納課☎(740)1177、介護保険課☎(740)1148へ。

求人

総合センター

隣保館指導員

8月1日採用の嘱託職員を1人。試験日は7月20日(土)です。

【教員免許】学校種別や一種・二種問わず)を取得し、児童生徒の学習や遊び、パソコンの指導ができる人▽【総合センター】に備え付けの申込書に必要な事項を書き、7月16日(火)までに同センターへ▽【電話】(758) 8398

市立川西病院の

助産師・看護師・薬剤師

指定管理者の(医)協和会の職員として、随時採用します。
【昭和44年4月2日以降に生まれで、助産師免許か看護師免許、薬剤師免許のいずれかを持つ人▽【定】各3人▽【申】履歴書(写真貼付)に必要な事項と希望職種を書き、資格証明書を添えて、市立川西病院採用担当へ▽【電話】(794) 2321

県警察官

受付期間は7月10日(水)〜8月26日(月)。試験日は9月22日(日)です。応募方法など、詳しくは川西警察署☎(755)

0110へ。

募集

夏休みインターンシップ

【7月19日(金)〜8月30日(金) (土・日曜日、祝日除く)】▽【場】久代児童センター▽【高】1〜3年生▽【乳】幼児とのふれあい遊びやイベントの運営補助▽【活】活動日時は調整可▽【電話】(756) 1321

市民農園の利用者

西畦野の苜蓿ヶ瀬農園の利用者を1人。区画は約40平方メートル。期間は2年3月31日(火)まで。

【市民】▽【他】7月20日(土)・21日(日)の現地説明会への参加が必要。申し込み内容は同農園管理組合に提供し、同組合から説明会の時間を案内▽【申】住所、氏名、年齢、電話番号を7月19日(金)までに産業振興課へ▽【電話】(740) 1164・☎(740) 1332

川西書道協会展の作品

10月19日(土)・20日(日)にキセラ川西プラザで開く川西書道協会展の展覧作品。

【市書道協会】▽【種】①成人の部(18歳以上)②学生の部(幼稚園、小・中・高生。課題あり)

り)▽【費】①2000円②600円▽【他】個人・団体とも1人1点。市長賞や各賞あり

▽【申】団体(出品数)の別、住所、氏名、電話番号を、(団体は代表者のみ)を9月1日(日)(必着)までに①〒666-0124・多田桜木2-6-10-514の森田翠煌さん②〒666-0105・見野1-17-17の鍋倉京子さんへ▽【電話】☎080(3790) 9533②☎090(3708) 9242

案内

違反広告物を除去

①屋外広告物条例に違反している②道路を不法占拠している③交通上支障がある―広告物は随時除去します(7月26日(金)には一斉除去)。
【都】市政策課☎(740) 1201

セクマイ相談・学習会

【7月25日(木)午後1時半〜4時】▽【場】総合センター▽【内】セクシュアルマイノリティについての相談・学習会▽【電話】(758) 8398

サマージャンボくじ

販売は7月2日(火)〜8月2日(金)。県内の売り場で購入し

てください。実績に応じて市に収益金が交付されます。

【企画】財政課☎(740) 1130

介護職への就職支援

HOTジョブミーティング

【市】伊丹公共職業安定所▽【7月19日(金)午後1時〜3時】▽【場】アステ市民プラザ▽【介】護職に関心がある人▽【事】業者による説明会と面接応募の受け付け▽【関】介護保険課☎(740) 1148

県住宅再建共済

フェニックス共済

年5000円で、全壊・半壊住宅の再建、購入時に最大600万円を給付。7月3日(水)午前10時〜午後4時に市役所1階市民ギャラリーで新規加入を受け付けます。

【県】内の家屋所有者と居住者▽【他】印鑑と口座番号が分かるものを持参▽【公】財)県住宅再建共済基金阪神北担当☎0797(83) 3122

一庫ダムの洪水調節を変更

ダム下流河川の整備が進捗したことで、貯水容量が早く満杯になる危険性を軽減するため、6月16日から放水量を変更。毎秒150立方メートルから200立方メートルになりました。

【(独)水資源機構一庫ダム管理所】☎(794) 6671

催し

かわにし人権・平和展

テーマは「平和と人権」。人権推進課☎(740) 1150

折り鶴コーナー

7月1日(月)〜26日(金)に各公民館と市役所に設置。

子ども平和アニメ映画会

7月22日(月)から各公民館で、「おこりじぞう」(アニメ28分)などを上映。

パネル・ポスター展

ヒロシマ・ナガサキ原爆写真ポスターを展示。

【7月22日(月)〜30日(火)・川西公民館、7月22日〜8月8日(木)・各公民館、8月1日(木)〜8日・中央図書館

海底に眠る艦船

【7月29日(月)〜8月2日(金)】▽【場】総合センター

「原爆と峠三吉の詩」

【8月8日(木)〜15日(木)】▽【場】市役所1階市民ギャラリー

夏休み企画

ちっちゃくても大きな世界

テーマは「チリメンモンスターを探そう」。

【7月31日(水)①午前10時〜正

午②午後2時〜4時】▽【場】市民活動センター▽【高】①高校生以上②4歳〜小学生と保護者▽【大】阪自然環境保全協会の田中広樹さん▽【内】①チリモン探しおとな向け講習②ちりめんじゃこに混じる魚をカードに貼り付けよう▽【費】①500円②300円▽【定】各20人▽【申】住所、氏名、電話番号を同センターへ▽【電話】(759) 1826・☎(759) 1891

夏まつり

【7月19日(金)午後2時〜4時

自然ふれあい講座

テーマは「川遊びを楽しもう」。

【7月27日(土)午後1時半〜4時半】▽【場】阪急バス多田大橋バス停集合・解散▽【小】・中・高生(小学生は保護者同伴)▽【定】30人▽【申】小学3年生以上優先。ハガキに住所、氏名(フリガナ)、電話番号、学校名、学年、保護者の氏名

15分▽【場】久代児童センター▽【内】ゲームコーナーやバラエティショーなど▽【電話】(756) 1321

キセラホールの

夏休みバックステージツアー

キセラホールの舞台裏や音響・照明室など、普段は見られない場所を見学するツアーを開催します。

【8月18日(日)午前11時〜正午と午後2時〜3時】▽【小】・中・高生▽【定】各15組(各30人まで)

小学生は保護者同伴)▽【申】往復ハガキに代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、希望時間、人数を書き、7月30日(火)(必着)までに〒666-0017・火打1-12-16のキセラ川西プラザ事務室へ▽【電話】(757) 1920

平和と人権のためのつどい

【平和と人権のためのつどい実行委員会】▽【7月28日(日)午後1時半〜4時(1時開場)】▽【場】アステ市民プラザ▽【内】平和作品の展示や毎日新聞社論説委員の古賀攻さんの講演、フォークシンガーの長野たかしさんの演奏など▽【関】同実行委員会☎(757) 7330

親子ふれあい体験大会

【猪名川漁業協同組合】▽【7月28日(日)午前10時〜午後2時(雨天決行)】▽【場】知明湖キャンプ場▽【小】小学生以下(保護者同伴)▽【内】アユのつかみ取りと試食、河川の清掃▽【定】100人▽【他】車1台につき500円。弁当や飲み物、タオル、着替えなど持参▽【申】代表者の住所、氏名、電話番号、参加人数を7月22日(月)までに、ファクス☎(792) 0037で同組合の鈴木さんへ▽【電話】☎080(6175)

9311

流木ペインティング

【一庫ダム水源地域ビジョン推進協議会】▽【8月4日(日)午前9時〜正午】▽【場】知明湖キャンプ場▽【小】小学生以下(保護者同伴)▽【内】流木のペインティングと清掃活動▽【定】50人▽【申】☎7月30日(火)午後5時までに同ダム管理所へ▽【電話】(794) 6671

大阪国際空港

空港周辺子ども見学ツアー

【大阪国際空港周辺地域活性化連絡会】▽【7月31日(水)、8月2日(金)・5日(月)・7日(水)】いずれも午前9時〜午後0時半(午前)と午後1時〜4時半(午後)▽【場】同空港▽【小】学3〜6年生と保護者(1グループ4人まで)▽【内】JAL大阪整備格納庫などの見学。詳しくは市ホームページへ▽【定】各40人▽【申】往復ハガキ(1枚1コース)に、希望日と午前か午後、代表者の住所、氏名(返信用も記入)、電話番号、参加人数、参加者全員の氏名と年齢、小学生は学年を書き、7月9日(火)(必着)までに〒561-8501・豊中市役所空港課へ▽【電話】06(6858) 2096

自由研究にも
おすすめ

夏休み子ども教室

小学生を対象にダンスや工作、科学実験など
申し込み期限は7月9日まで

【場】川西児童館▽【小】小学生▽【他】A・Bは同内容▽【申】往復ハガキ(1枚1人)に希望教室名(1枚1つ)、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、学校、学年と返信用に郵便番号、住所、氏名を書き、7月9日(火)(必着)までに〒666-0032・日高町1-2の川西児童館へ(返信用ハガキを持参可)

教室名	対象	定員	日時など
子どもダンススタジオ	1〜4年生	14人	7月22日(月)〜25日(木)の午後1時半〜3時15分。全4回
ペーパークイリングでアート工作A	全学年	10人	7月22日(月)午前10時〜正午。費用100円
ペーパークイリングでアート工作B	全学年	10人	7月25日(木)午前10時〜正午。費用100円
みんなで将棋!	全学年 ※ルールが分かること	30人	7月29日(月)〜31日(水)の午前9時半〜11時半、8月2日(金)午前9時15分〜正午。全4回
ショートテニス教室	4〜6年生	12人	7月29日(月)〜31日(水)の午前10時〜11時半。全3回
科学実験教室A	2〜4年生	30人	8月1日(木)午前10時〜11時半。費用100円
科学実験教室B	2〜4年生	30人	8月1日(木)午後1時半〜3時。費用100円
チアリーディング	全学年	20人	8月6日(火)〜9日(金)の午前10時〜11時半。全4回
プラバン	全学年	20人	8月8日(木)午後2時〜3時半。費用50円

問い合わせ 川西児童館 ☎(758) 8398

7月ごみカレンダー ※当日の午前8時半までに出してください。強風時ビンのコンテナが設置されていない場合、透明か半透明の袋に入れて出してください。詳しくは美化推進課（ごみ収集業務） ☎(744) 1124 へ。

町名	燃やすごみ	プラスチック製容器包装 ペットボトル	燃やさないごみ 有害ごみ	ビン	カン	大型ごみ	紙・布
栄根 下加茂 久代 東久代	火・金曜日		1・15	10・24	4・18		8・22
寺畑 南花屋敷 加茂	火・金曜日		3・17	8・22	1・15		11・25
小花 小戸 栄町 花屋敷	月・木曜日		2・16	12・26	5・19		9・23
中央町 美園町 絹延町 出在家町 丸の内町 滝山町 鶯の森町 萩原 火打 松が丘町 霞ヶ丘 日高町 花屋敷山手町 満願寺町	月・木曜日		12・26	2・16	10・24	事前予約制（有料） ☎(764) 5379	5・19
萩原台 鶯が丘 鼓が滝 湯山台 鶯台 南野坂	月・木曜日	水曜日	10・24	5・19	9・23		12・26
新田 矢間 矢間東町 西多田 錦松台 多田院 多田院多田所町 多田院西 緑台	火・金曜日		11・25	4・18	8・22		3・17
平野 多田桜木 東多田 向陽台 水明台 清流台	月・木曜日		9・23	3・17	12・26		2・16
石道 虫生 赤松 柳谷 芋生 若宮 清和台 けやき坂	火・金曜日		4・18	11・25	3・17		1・15
大和 見野 東畦野 東畦野山手 長尾町	月・木曜日		5・19	9・23	2・16		10・24
西畦野 下財町 一庫 国崎 黒川 美山台 丸山台 山原 緑が丘 山下町 笹部	火・金曜日		8・22	1・15	11・25		4・18

【ごみ減量 point】生ごみはしっかり水切りすると軽くなり、ごみ出しが楽になります。また、臭いや汚水を軽減でき、ごみステーションをきれいに保つことができます。詳しくは美化推進課（ごみ減量業務） ☎(744) 1170 へ。

明峰公民館 ☎(759) 6901
【夏休み子ども絵画教室】
時7月22日(月)・23日(火)。いずれも午前9時半～11時半。全2回▽対小学生▽講登録グループ「赤峰絵画同好会」▽定20人▽申窓7月2日(火)午前10時から（受付開始時に定員超過の場合は抽選）
【夏休み子ども護身術教室】
時8月22日(木)・23日(金)。いずれも午前10時～11時半。全2回▽対小学生▽講市少林寺拳法協会▽定24人▽申窓7月11日(木)午前10時から

川西公民館 ☎(758) 0103
場キセラ川西プラザ3階
【夏休み子ども自然教室】子ども生きもの観察隊
時7月30日(火)午前10時～11時半▽場同館付近の小川▽対3歳～中学生（小学生以下は保護者同伴）▽講環境省環境カウンスラーの牛尾巧さん▽内水辺の生きもの、30種類以上見つけよう▽定20組▽申窓7月5日(金)午前9時から
【子ども自然教室】人・くらし・自然
時8月3日(土)午前10時～正午▽場御社橋周辺（多田公民館集合）▽対3歳～中学生（小学生以下は保護者同伴）▽講環境省環境カウンスラーの牛尾巧さん▽内水辺の生きもの、30種類以上見つけよう▽定20組▽申窓7月5日(金)午前9時から
【夏休み子ども合唱教室】楽しいコーラス
時8月5日(月)午前10時～11時半▽対小・中学生（保護者同伴可）▽講川西合唱連盟理事長の堀田啓子さん他▽内練習曲は「君をのせて」「ありのままで」「世界に一つだけの花」など▽定30人▽申窓7月8日(月)午前10時から
【夏休み子ども科学教室】
時7月24日(水)午後2時～3時半▽場東洋食品工業短期大学▽対小学生（保護者同伴）▽講同大学の中川正さん他▽内缶詰の仕組みや缶詰タイムカプセル作りなど▽定20人▽申窓7月3日(水)午前10時から

ポスティングスタッフ大募集!! 広告
ポストに投函していくだけの超簡単作業
仕事 公的配布物や一般の配布物を、川西市・池田市・宝塚市・伊丹市内の各家庭のポストに投函するお仕事です！丁寧にお教えします！
勤務地 川西市・池田市・宝塚市・伊丹市内
資格 要携帯電話、未経験大歓迎、年齢不問！※学生不可
★勤務地多数！ ★FAXでも応募できます！ ★お好きなスタイルで配ってください！
24時間受付 「氏名・住所・連絡先・広報がわにしからの応募です」と書いて072-744-3940までFAX！
株式会社 MS企画 ☎0120-46-1900
〒664-0026 兵庫県伊丹市寺本2丁目10-1 (担当/採用担当)

Hanshin Kankyo 地域環境から地球環境へ 広告
阪神環境事業株式会社
国際標準規格環境ISO14001認証
排水のつまり 不用品の回収 害虫駆除
専門スタッフが解決いたします。安心してお任せください！
☎072-759-1149 排水のつまりは24時間受付対応
川西市久代1丁目4番10号 www 詳しくはホームページをご覧ください。 http://www.hanshinkankyo.co.jp/

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)ウィット ☎ 072 (668) 3275 へ milife | 2019.07

市役所への郵送は、〒666-8501と課名で届きます。記号の意味 主催 曜日 場所 対象 講師 内容 種目 費用 定員 その他 申し込み (郵便で) 電話で ファクスで web から E-mail で 窓口のみ 先着順 体・主催は市で、受付時間は各施設の執務時間中。 定員超過の場合は抽選 問い合わせ 電話番号 ファクス番号 ホームページ E-mail

公民館
北陵公民館 ☎(794) 9090
【理科教室】
時7月24日(水)午前9時半～午後0時半▽対小学生（3年生以下は保護者同伴）▽講元家庭科教諭の上村恵子さん▽内地元野菜・果物で料理▽費600円▽定12組
【科学実験教室】
時7月30日(火)午前10時～11時半▽対小学1～3年生（4～6年生のきょうだい同伴可）▽講市社会教育委員の住友顕さん▽内科学実験と工作など▽費300円▽定20人
【影絵と音楽の世界】
時7月31日(水)午前10時半～11時半▽対小学生以下の子どもと保護者▽講NPO法人「影絵劇団『おととえ座』」▽内オリジナル曲の生演奏と影絵
【レッツ！・トライ！・クッキング】
時7月26日(金)午前10時～午後

1時▽対小学生▽講川西いずみ会北摂グループ▽内乳製品を上手に使おう▽費400円（7月16日(火)までに持参）▽定24人▽申窓7月1日(月)午前10時から
【司法書士に学ぶ生前整理】
時8月8日(木)午後1時半～3時▽講県司法書士会▽内あなたの意志をしっかりと次世代へつなごう▽定40人▽申窓7月18日(木)午前10時から
緑台公民館 ☎(792) 4951
【川西まちづくり講座「地域の歴史講座」】
テーマは「忘れられた名所―鼓ヶ滝―」
時8月21日(水)午後1時半～3時▽講元市文化財専門職員の岡野慶隆さん▽定80人▽申窓7月24日(水)午前9時から
清和台公民館 ☎(798) 1280
【夏休み子どもグリーコピア神戸見学】
テーマは「ポッキーとプリッツの製造工程を学ぼう」。
時7月24日(水)午後0時半～5時▽対小学生▽定25人▽他同館集合▽申窓往復ハガキ（1枚1人）に講座名、住所、氏名（ふりがな）、学年、性別、

けやき坂公民館 ☎(798) 0770
【現代的課題講座】
テーマは「ニュース最前線―新聞記者が語るニュースの話―」。
時7月19日(金)・26日(金)。いずれも午後2時～3時半。全2

中央図書館 City Library ☎(755) 2424
図書の展示
「夏を涼しくする本」をテーマに、熱中症対策や、涼しく過ごす工夫や方法について書かれた本を紹介します。
かわにしぶっくらぶ
時7月12日(金)午後6時から▷内お気に入りの本について語り・聞く読書イベント
ビデオ映写会
7月14日(日)「絶景ジオパーク2」（48分）。午後2時から。
おはなしまつり
時7月27日(土)午前10時半～正午▷対3歳～小学生▷内紙芝居、パネルシアターなど▷内手話通訳あり
夏休み子ども向け行事「おーい、おいでよ！」
申窓市民優先。往復ハガキ（1枚で1人。「一日図書館員体験」は1枚で2人1組）に行事名、住所、氏名、年齢、電話番号を書き、7月8日(月)（消印有効）までに〒666-0033・栄町25-1のアステ川西内中央図書館へ

回▽講神戸新聞社播磨報道センター長の加藤正文さん▽内経済小説で時代を読むなど▽定30人▽申窓7月5日(金)午前10時から
【夏休みの天体観測会】
テーマは「太陽系最大級の惑星、木星・土星を見よう！」。
時8月8日(木)午後7時～9時▽対小・中学生（小学生は保護者同伴）▽講猪名川天文台運営委員の溝上好弘さん他▽内望遠鏡での天体観測と星の

【図書館の仕事体験してみよう！一日図書館員体験】
時7月22日(月)午前10時～正午、午後1時半～3時半▷内貸出・返却のカウンター体験など▷対小学4～6年生の2人1組▷定各1組▷内申し込み時に時間指定不可
【1、2、3、4、えいご de GO !!】
時8月1日(木)午前11時～正午▷対3～8歳▷講えいご絵本WS代表の高森桂さん▷内英語を使った遊びや英語の絵本の読み聞かせ▷定30人
休館日のお知らせ
7月31日(水)は館内整理日のため休館します。

多田公民館 ☎(793) 0011
【夏の子どもお楽しみ広場】
時7月19日(金)午後2時～4時▽内アニメ映画やゲーム、遊びなど
【ものづくり教室「プログラミング教室」】
時①7月25日(木)②8月1日(木)。いずれも午後1時～5時

話▽定40人▽内雨天・曇天の場合は星の話のみ▽申窓7月25日(木)午前10時から

ずれも午後1時～3時▽**①**20歳以上のパソコン初心者など**③**小学4～6年生▽**調**県立川西明峰高校の情報系科目選択者▽**定**各20人程度▽**申****④**必要事項を7月1日(月)～12日(金)に送信▽**問****☎**(757)8826・**●**http://www.hyogo-c.ed.jp/~meiho-hs/index.html

総合センター
☎(758)8398

【交流和太鼓教室(初級)】
時7月12・19・26日、8月2・9・23・30日、9月6日の金曜日。いずれも午後6時半～8時半。全8回▽**対**市内在住の小学3～6年生(保護者の送迎が必要)▽**内**伝統和太鼓の基本的な演奏▽**定**10人▽**申****調**往復ハガキ(1枚1人)に教室名、住所、氏名、学年、電話番号、返信用に郵便番号、住所、氏名を書き、7月6日(土)(必着)までに〒666―0032・日高町1―2の総合センターへ

【パソコン教室・ワード初級】
時7月17日(水)・19日(金)・22日(月)・24日(水)・29日(月)・31日(水)。
①午前10時～正午**②**午後1時～3時。全6回▽**対**文字入力のできる成人市民▽**内**ワード

(ウインドウズ10・オフィス2016)の基本的な使い方等を学ぶ▽**定**各9人▽**他****②**は同内容▽**申****調**往復ハガキ(1枚1人)に教室名、コース(①か②)、住所、氏名、電話番号と、返信用に郵便番号、住所、氏名を書き、7月10日(水)(必着)までに〒666―0032・日高町1―2の総合センターへ(返信用ハガキ持参可)

久代児童センター
☎(756)1321

申**調**各申込日の午前9時半から

【エコラフト教室】
時7月26日(金)午後1時～2時半▽**対**小学3年～高校生▽**調**エンジョイエコクラブ▽**内**エコバッグ▽**費**500円▽**定**20人▽**申**7月1日(月)から

【茶道体験教室】
時8月2日(金)午後2時～3時▽**対**小学生▽**調**裏千家の木村淑子さん▽**費**350円▽**定**16人▽**申**7月1日(月)から

【パティシエによるお菓子づくり】
時8月7日(水)午後2時～4時▽**対**中・高生▽**調**スーリルシェフパティシエの手塚裕太郎さん▽**内**夏のフルーツたっ

郷土館 ☎(794)3354

水中・水辺のフォトジャーナリスト、高野弘さんが撮影した写真の展示やコンサートを開催します。

水中・水辺の写真展
美しき仲間たち | 7月31日(水)まで開催

熱帯の南の島々の自然を紹介。高野さんのオリジナル曲「アクアアイランド」が流れる中で、トロピカルな海や島々、恵み、水中の世界を堪能してみませんか。

映像とともに自然からのメッセージ発信
フォトコンサート | 7月6日(土) 午前10時半～正午

テーマは「高野弘 Water Concert」。高野さん自身が弾き語りしながら、環境変化についてのトークを実施します(入館料は団体割引が適用されます)。

平和学習会
川西ユネスコ協会▽**時**7月31日(水)午前10時～正午▽**場**アステ市民プラザ▽**調**京都大学名誉教授の上杉孝實さん▽**内**戦時を振り返り、平和と人権を考える▽**定**50人▽**申****調**当日会場へ▽**問**同協会の大音さん
☎(793)7107

発表・鑑賞
人権啓発ビデオ上映会
時①7月17日(水)午後3時半**②**19日(金)午前10時・午後1時・4時▽**場**総合センター▽**内**「平和問題」をテーマに①「ちいちゃんのかげおくり」(アニメ17分)②「消え去らぬ傷あとー火の海・大阪」(アニメ20分)▽**問****☎(758)8398**

平和アニメ上映会
時8月5日(月)①午前10時**②**午後1時▽**場**総合センター▽**内**①「はだしのゲン1」(アニメ85分)②「はだしのゲン2」(アニメ90分)▽**問****☎(758)8398**

D電飾を使ったピカキラらんぷ▽**費**600円(保護者は入館料別途要)▽**定**15人▽**他**軍手持参▽**申****調**7月17日(水)午前10時から

市役所への郵送は、〒666-8501と課名で届きます。**【記号の意味】****主**主催**調**日時**場**ところ**対**対象**調**講師**内**内容**種**種目**費**費用**定**定員**他**その他
料金表示のないものは無料。記載がない場合、主**申**申し込み(郵便便で)**☎**電話で**フ**ファクスで**web** webから**E-mail** E-mailで**窓**窓口のみ**先**先着順
体・主催は市で、受付時間は各施設の執務時間中。**抽**定員超過の場合は抽選**問**問い合わせ**☎**電話番号**フ**ファクス番号**●**ホームページ**E-mail** E-mail

セミナー
ティーンズ料理教室
時8月7日(水)午前10時～午後1時▽**場**保健センター▽**対**中学1年生～高校1年生▽**内**思春期の健康的な食生活についてのミニ講座と調理実習▽**費**400円▽**定**10組▽**申****調**7月2日(火)から同センターへ▽**問****☎(758)4721**

防火管理者講習
時8月1日(木)・2日(金)。いずれも午前10時～午後4時。全2回▽**場**消防本部▽**対**資格を初めて取得する人▽**費**5000円▽**定**70人▽**他**自衛消防業務講習または消防設備点検資格者講習修了者は一部科目免除あり▽**申****調**7月1日(月)から費用持参で消防本部か北消防署へ▽**問**消防本部**☎(757)9946**

認知症サポーター養成講座
時7月9・16・30日の火曜日。いずれも午後2時～4時。全3回▽**場**セラ川西プラザ2階会議室▽**費**103円(初日に持参)▽**定**20人▽**申****調**講座名、住所、氏名、電話番号を7月5日(金)までに中央地域包括支援センターへ▽**問****☎**

(755)7581・**☎(740)2003**
レフネック学長講話
テーマは「元号と改元―平成から令和へ」。

時7月6日(土)午前10時～11時半▽**場**アステホール▽**調**生涯学習短期大学学長の田辺眞人さん▽**問**同大学**☎(757)8481**

伝わる写真撮りませんか
主場市民活動センター▽**時**7月29日(月)午前10時～正午▽**調**フォトグラファターの釜本雅之さん▽**内**市民活動のチラシやSNSに掲載する写真をス

マートフォンで撮影するコツ▽**費**300円▽**定**15人▽**他**保育あり(1歳半以上の未就学児。先着8人。7月22日(月)までに予約を)▽**申****調**往復ハガキ(1枚1人、2人以上は無効)に講座名、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、市内在勤者は勤務先を書き、7月10日(水)(必着)までに〒666―0033・栄町25―1の生涯学習短期大学へ

親子で学ぶ「性教育」
テーマは「自分も相手も傷つけないために」。

主場男女共同参画センター▽**時**8月19日(月)午後2時～4時▽**調**チームジェネシスの北林和樹さん他▽**内**ハンドブック

「性的同意」の作成に関わった学生有志の皆さんと「性」について考え、自分を大事にすることに気付くワークシヨップ▽**定**15人▽**他**保育あり(1歳半以上未就学児。先着8人。8月9日(金)までに予約を)▽**申****調**往復ハガキ(1枚1人、2人以上は無効)に講座名、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、市内在勤者は勤務先を書き、7月10日(水)(必着)までに〒666―0033・栄町25―1の生涯学習短期大学へ

起業支援セミナー
市商工会▽**時**7月5日(金)午後6時～8時半・12日(金)・19日(金)・25日(木)の午後6時半～9時・26日(金)午後5時半～9時。全5回▽**場**市商工会館▽**対**市内で事業を始めようとしている、または最近事業を始めた人▽**内**創業・開業の心構えと事例から学ぶ経営に失敗しないコツ▽**定**10人▽**申****調**同会へ▽**問****☎(759)8222**

明峰高校 夏休みパソコン講座
主場県立川西明峰高校▽**時**7月22日(月)・ワードでブックカバーを作ろう**②**23日(火)・ワードで暑中見舞いを作ろう**③**24日(水)・ペイント3Dで立体的な絵を描いてみよう。い

アステザ・バーゲン 6.22nd START!!

いい街、ここから。おかげさまで、アステは30周年。

協賛:川西市商工会 7月は休まず営業いたします。(一部店舗を除く)※イベントの内容は都合により変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。※詳しくはWebサイトで。www.astekawanishi.com

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは(株)ウィット ☎ 072(668)3275 へ

参加者募集! プロの歌手と同じ本格的なステージで歌ってみませんか。
【第15回】アステ カラオケコンクール
9月16日(月・休) 午前10時30分からアステ川西6階アステホールにて開催!

◎応募締切/7月31日(水) 当日消印有効 ◎定員/130名様
◎参加費/6,000円(税込) 参加賞として1,000円分のアステクーポン券進呈
◎出場者決定方法/8月18日(日) 午後2時から、2階レストスペースにて公開抽選を行い、130名の出場者と出演順を決定します。結果は後日郵送します。

【応募方法】ハガキに必要事項をご記入のうえ、下記あて先までお送りください。
①住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④性別 ⑤電話番号
⑥歌唱曲 ⑦歌手名 ⑧DAM No.(おからの場合のみ)
※1階 びじゅ広場インフォメーションでも、備えつけ用紙にてご応募いただけます
※音楽関係の方(カラオケ教室の先生など)の応募はお控えください
【宛 先】〒564-0044 大阪府吹田市南金田1-1-45 (株)サンボードアステ カラオケコンクール事務局宛
【お問い合わせ】TEL 06-6338-1380(受付時間 平日午前10時～午後5時)

【広告】
2009年日本歌手協会歌唱賞
2015年よりやまなし大使
ゲスト:清水まり子
30th アステ川西
PHONE 072-755-2001

市役所1階地域福祉課で

ヘルプマークを交付

援助や配慮を必要としていることが外見から分かりにくい人のために、ヘルプマークとヘルプカードを市役所1階の地域福祉課で交付しています。

問い合わせ

地域福祉課

☎(740)1172

高齢者

老人福祉センター

〈60歳以上が対象〉

一の鳥居 ☎(794)0615

【鍼灸師が教える！症状別おすすめツボ・おすすめ体操】

テーマは「腰痛」。

時7月19日(金)午後1時半―3時▽調鍼灸師の寺田拓未さん

▽定30人▽申 ☎ ☎ 7月1日(月)午前9時から

【脳と身体の機能アップ体操】

ラクラク肩こり予防

時7月31日(水)午前10時―11時半▽調健康運動指導士の石井誠さん▽定30人▽申 ☎ ☎ 7月1日(月)午前9時から

緑台 ☎(792)6889

【健康体操】

時7月10日(水)午前10時―11時半▽定25人▽申 ☎ ☎ 7月1日(月)午前9時から

【健康講座「気功体操」】

テーマは「呼吸法で心と身体を整えて元気になりましょう」。

時7月26日(金)午後1時半―3時▽調気功体操講師の田中里佳さん▽定20人▽他動きやすい服装で飲み物とタオル持参▽申 ☎ ☎ 7月1日(月)午前9時から

久代 ☎(756)1321

【健康体操】

時7月16日(火)午後1時―2時半

福祉

在宅重症心身障害児(者)訪問看護支援

身体障害者手帳（1級・肢体不自由）と療育手帳（A判定）を持っている障がい児・者（県知事がこれと同程度と認めるものも含む）を対象に、訪問看護利用時の医療費自己負担の一部を助成します。

なお、世帯の所得状況など、助成には一定の条件があります。

みつなかホール

☎(740)1117

戦犯裁判の不合理、戦争の不条理に今伝えるべきもの

木津川計の一人語り劇場

「私は貝になりたい」

さまざまな名俳優が主役を演じ、話題を集めた映画「私は貝になりたい」。木津川計の独自の解釈で、日本の戦争映画について迫ります。

時7月28日(日)午後2時開演▷費1,500円▷他全自由席。ローソンLコード(57246)

毎年恒例の落語会「かわにし寄席」

桂米朝一門会

今年は桂米朝一門から南光、雀三郎、吉弥、紅雀、しん吉、慶治郎が出演。演目は当日発表します。

時9月6日(金)午後6時半開演▷費3,000円、小・中・高生、障がいのある人2,000円▷他全指定席。ローソンLコード(52551)

入場券は、みつなかホール、ローソンで発売

す。希望者は市役所1階の障害福祉課へ。

問 ☎(740)1178

ボランティア活動センター

☎(759)5200

場 キセラ川西プラザ

【ボランティア活動相談】

【ボランティア活動相談】

時7月20日(土)午後1時半―3時半

【親子手話教室】

時7月22日〜8月26日の月曜日（祝日は除く）。いずれも

午後1時半―3時半、9月7日(土)14日の午前10時―正午。全7回▽調川西ろうあ協会他▽費5000円（学生会2500円）▽定20人▽申 ☎ ☎ 市内在住・在勤者優先。7月12日(金)まで

【災害ボランティア研修会】

時7月31日(水)午後1時半―3時半▽調かわにし防災士会▽内救急救命など▽定20人▽申 ☎ ☎ 7月30日(火)まで

パートアルバイト 看板(プラカード)持ちスタッフ募集

仕事 住宅展示場や分譲地で、看板(プラカード)を持ってイスに座り、来場されるお客様を誘導するお仕事です！

資格 経験・年齢不問！ ☆空き時間に働きたい方 ☆中高年や学生の方など、幅広く活躍できます☆(高校生不可)

給与 時給 943円

時間 シフト制 9:00〜18:00の間で6〜7時間 ※勤務地によって時間帯は異なります。

お問い合わせは 株式会社 ウィット

高槻市城北町1丁目14-17 プレステージ0城北5F ☎072-668-3275 (採用担当)

椅子に座るので立ち仕事ではありません★

高槻・枚方・大阪市内 他勤務地

広告

△有料広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。掲載の申し込みは㈱ウィット ☎072(668)3275へ milife | 2019.07

市役所への郵送は、〒666-8501と課名で届きます。【記号の意味】主催 時日時 場ところ 対対象 講講師 内内容 種種目 費費用 定定員 他その他 料金表示のないものは無料。記載がない場合、主 体・主催は市で、受付時間は各施設の執務時間中。【抽抽定員超過の場合は抽選】問問い合わせ ☎電話番号 ☎ファクス番号 ●ホームページ ☎E-mail

7月相談の案内

※祝日・振替休日は実施しません

相談名	内 容	日・曜日	時 間	場 所	相談員	予約・問い合わせ
弁護士法律相談 ※同内容の相談は1回限り	先着8人。各相談日の前週の月曜日午前9時から予約を	3・10・17・24日(水)	午後1時半―3時半	同課	弁護士	生活相談課 ☎(740)1333
	先着6人。各相談日の直前の月曜日午前9時から予約を	14・28日(日)	午後1時半―4時半	アステ市民プラザ		
司法書士法律相談	登記・多重債務・少額訴訟など。先着4人。当日午前9時から予約を	23日(火)	午後1時―4時	同課	司法書士	
家事相談	家族・男女問題など。先着4人。当日午前9時から予約	11・25日(木)	午後1時―4時	同課	元家裁調停委員	
税の相談	先着6人。当日午前9時から予約を	18日(木)	午後1時―4時	同課	税理士	
行政書士相談	契約書・遺言書の書き方など。先着6人。当日午前9時から予約を	9日(火)	午後1時―4時	同課	行政書士	
土地境界・測量相談	不動産の測量・表示登記など。先着4人。当日午前9時から予約を	16日(火)	午後1時―4時	同課	土地家屋調査士	
行政相談	国への意見・要望など。当日会場へ	1日(月)	午後2時―4時	東谷公民館	行政	
		18日(木)	午前10時―正午	同課	相談委員	
消費生活・多重債務相談	電話・来所相談	月～金曜日	午前9時―正午、午後0時45分―4時	同センター	消費生活相談員	消費生活センター ☎(740)1167
年金相談	国民年金加入・免除・相談など	月～金曜日	午前9時―午後5時	同課	社会保険労務士	医療助成・年金課 ☎(740)1171
	尼崎年金事務所による出張相談。☎06(6482)4591へ電話予約を	24日(水)	午前10時―午後2時半	アステ市民プラザ	同事務所職員	
特設人権相談	日常生活での人権侵害など。予約を	19日(金)	午後1時―4時	同課相談室	人権擁護委員	人権推進課 ☎(740)1150
女性のための相談	面接と電話相談。予約を。1回50分	火～木曜日	正午―午後3時	パレットかわにし	専門相談員他	男女共同参画センター ☎(759)1856
	電話相談のみ。☎(759)1857へ	月・金曜日	午前10時―正午			
心配ごと相談	日々の暮らしにおける不安や悩みごと、心配ごとに関する相談	月曜日	午後1時半―4時	市役所1階福祉部相談室☎(740)1328 キセラ川西プラザ1階相談室☎(759)8611	民生委員 児童委員	社会福祉協議会 ☎(759)5200
		木曜日				
成年後見制度相談	成年後見制度に関する相談。12日(金)までに予約を	17日(水)	午後1時―4時	キセラ川西プラザ1階相談室	司法書士	成年後見支援センター ☎(764)6110
介護サービス相談	介護サービスの悩みごとなど。電話相談可	9・23日(火)	午後1時半―3時半	キセラ川西プラザ1階相談室	市民相談員	介護保険課 ☎(740)1149
心の相談	専門医による相談。先着3人。前日までに予約を	19日(金)	午後1時半―2時半	市医師会医療会館	医師他	障害福祉課 ☎(740)1178
知的障がい児(者)のための相談	知的障がい者相談員による相談。	11・25日(木)	午前10時―正午	キセラ川西プラザ1階手をつなぐ育成会	知的障がい者相談員	障がい児(者)地域生活・就業支援センター☎(758)6228
ピアカウンセリング	肢体・視覚・聴覚・精神障がい当事者の相談。予約を	12日(金)午後、22日(月)は午前	16日(火)・17日(水)	キセラ川西プラザ1階相談室	ピアカウンセラー	配偶者暴力相談支援センター☎(758)0708
DV相談	配偶者などからの暴力に関する相談	月～金曜日	午前9時―午後5時半		専門相談員	子育て支援ルーム ☎(740)1125
子育ての悩み相談	電話・来所相談	月～日曜日	午前9時―午後5時半	アステ市民プラザ	子育て支援相談員	市医師会事務局 ☎(759)6950
認知症老人電話医療相談	相談内容を聞き取り、改めて専門医から助言。電話相談のみ	月～金曜日	午前10時―正午		専門医他	教育支援センター ☎(757)8080
教育相談	子どもの性格・行動・心身の健康・不登校など。予約を	月～金曜日	午前9時―正午、午後0時45分―5時	同センター	臨床心理士他	教育支援センター ☎(758)7830
子ども悩みの電話相談	子どものための悩み電話相談	月～金曜日	午前9時―正午、午後0時45分―5時	同センター	臨床心理士他	子どもの人権オンブズパーソン☎0120(197)505
子どもの人権相談	いじめや体罰など人権侵害への相談と調整。電話・来所相談	月～金曜日	午前10時―午後6時	市役所5階 同事務局相談室	調査相談専門員	川西さくら園 ☎(755)1772
子どもの育児・発達相談	電話相談可。来園相談は予約を	月～金曜日	午前9時―午後5時半	同園	同園職員・心理相談員	産業振興課 ☎(740)1162
キャリア・カウンセリング	履歴書の書き方や面接の受け方、適職診断など。1回50分。予約を	1・8日(月)、16日(火)・22日(月)	午後1時―5時	パレットかわにし	キャリアカウンセラー	社会保険労務士
労働相談	解雇・労働災害・雇用保険・職場いじめなどの相談。1回20分。予約を	10・24日(水)	午前9時半―11時半	パレットかわにし	社会保険労務士	川西しごと・サポートセンター☎(757)6380
職業相談	求職の相談および紹介	月～金曜日	午前9時―午後5時	パレットかわにし	同センター職員	若者キャリアサポート川西☎(764)6823
若者キャリアサポート	39歳までの人に対し、就職に向けた相談や労働に関する相談。予約を	月～金曜日 (内容により曜日指定あり)	午前9時―午後5時	パレットかわにし	キャリアカウンセラー他	こども・若者ステーション☎(758)5044
子ども・若者総合相談	中学校卒業後～39歳までの人と家族。ひきこもりなどの相談。予約を	予約制		キセラ川西プラザ	臨床心理士他	市民活動センター☎(759)1826
市民活動・NPO・起業サポート相談	グループ活動やNPO、社会的起業などについての相談。予約を	火曜日	午後1時―5時	パレットかわにし	同センター職員	くらしとしごとの応援カウンター☎(740)1189
生活困窮者自立相談	生活困窮に関する相談	月～金曜日	午前9時―午後5時半	市役所1階 地域福祉課	相談支援員 就労支援員	

市政情報

求人・募集
案内・催し

公民館
中央図書館

ごみ
カレンダー

セミナー
発表・鑑賞

健康

スポーツ

相談の案内

高齢者
福祉

子育て

コラム

フ
ォ
ト
ス

Smile de ヌマイルド
はい！ポーズ



永田 楓馬ちゃん 萩原台西3（1歳9カ月）

パパと一緒に外でシャボン玉で遊ぶのが大好きだよ。飛行機やバスに乗るのも好きなんだ。



川原崎 由芽ちゃん 水明台2（2歳1カ月）

お外で遊ぶのは楽しいな。お兄ちゃんやお姉ちゃんと一緒に遊ぶのが大好き。歌を歌うのが得意だよ。

7月子育てカレンダー

保健センター ☎ (758) 4721 ※母子手帳持参

項目	対象	日	受付時間	内容
妊婦健康診査費助成事業	川西市に住民票がある妊婦	月～金曜日	9:00～12:00 12:45～17:30	妊婦健康診査にかかる項目14回(計10万円)を限度に助成
妊婦歯科健診		上記助成申請時に検診票配布		妊娠中1回歯科医院で受診
すくすく乳幼児相談	幼児(1歳～就学前)と保護者	26日(金)	9:30～10:30	身体計測、育児や栄養の相談、読み聞かせ。バスタオル持参
母親学級	妊娠5カ月以上の人(経産婦可)	8月2・16日、9月6日(金)	12:45～	赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体操、妊娠婦の栄養と歯の話。予約制(託児なし)
乳幼児健診	4カ月児	生後4カ月	11・25日(木)	問診、身体計測、診察、育児・栄養相談など(1歳6カ月児は歯科診察、3歳児は歯科診察、尿検査も)
	10カ月児	平成30年8月生まれ	3・17日(水)	
	1歳6カ月児	平成30年1月生まれ	8・22日(月)	
	3歳児	平成28年6月生まれ	9・23日(火)	

予防歯科センター ☎ (759) 3171 ※母子手帳持参

項目	対象	日	受付時間	内容
もぐもぐ離乳食教室	5～8カ月児(第1子優先)	19日(金)	9:30～10:00	離乳食指導と試食、歯の話。要予約
2歳児のびのび教室	平成29年7月生まれ	10・24日(水)	9:30～10:00	むし歯チェック、育児と栄養の相談など。要予約
1歳児親子	平成30年7月生まれ	18日(木)	9:30～10:15	親子歯科健診、歯磨きと食事の話。直接センターへ
2歳6カ月児	平成29年1月生まれ			
3歳6カ月児	平成28年1月生まれ	4日(木)	13:15～14:15	歯科健診など。直接センターへ
4歳児	平成27年7月生まれ			
5歳児	平成26年7月生まれ	11日(木)	13:45～14:45	歯科健診など。直接センターへ

小児救急診療(15歳以下、中学生まで)

施設名	診療科目など	受付時間
阪神北広域こども急病センター	小児科 ☎ (770) 9988	平日…19:30～翌朝6:30▷土曜日…14:30～翌朝6:30 ▷日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…8:30～翌朝6:30
伊丹市昆陽池2-10	電話相談 ☎ (770) 9981	平日…20:00～翌朝6:30▷土曜日…15:00～翌朝6:30 ▷日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…9:00～翌朝6:30

子育て相談窓口

こども・若者ステーション ☎ (740) 1152	県川西こども家庭センター ☎ (756) 6633	児童虐待防止24時間ホットライン ☎ (759) 7799
------------------------------	------------------------------	----------------------------------

タンパク質は5～6カ月から大丈夫
離乳食の基準が変わりました

厚生労働省が「離乳・授乳支援ガイド」を改訂
それぞれの子どものペースで進めることはいつの時代も同じ

今春、厚生労働省が「離乳・授乳支援ガイド(2019年版)」を発表。同ガイドは母子手帳にも掲載されていて、授乳・離乳や育児を取り巻く環境の変化などが再検証、改訂されました。変更点は、大きく二つあります。

一つ目が、赤ちゃんが初めて食べる食材は、「赤ちゃん用スプーン1さじから」という基準が定まったこと。以前は小さじ1程度とされていましたが、今回の変更で明確化されました。また、初めての食材は「1日1種類・体調がいい・よく加熱する」ということにも配慮が必要です。

二つ目が、タンパク質食材の開始時期が、貧血予防や健やかな発育支援などの視点から、一部前倒しになったこと。以前は7～8カ月ごろからとされていましたが、つぶした穀類や野菜の次に、脂肪が少ない豆腐や白身魚は5～6カ月ごろから使い始められ、これに次いで固ゆで卵の卵黄(卵白は不可)も使用できるようになりました。



子育てSTYLE One Point
今月の担当は…
保健センター管理栄養士
問い合わせ ☎ (758) 4721

また、アレルギーなどの症状を疑う場合は、インターネットや私見で判断せずに、かかりつけ医と相談しながら対応しましょう。卵かけごはんやカルボナーラ、オムレツは半熟状のため、「よく加熱された料理」には分類されません。少なくとも1歳までは食べさせないでください。

生活リズムをつけながら、子どものペースで離乳食を進めることは今も昔も変わりません。食生活の基礎作りには大切なことです。保健センターでは、乳児健診や講座で、離乳食の説明をしています。困ったことがあれば、いつでも相談してください。

市役所への郵送は、〒666-8501と課名で届きます。
記号の意味 主主催 日日時 場ところ 対対象 講講師 内内容 種種目 費費用 定定員 他その他
料金表示のないものは無料。記載がない場合、主 申申し込み (郵便便で) 電電話で ファクスで web から E-mail で 窓窓口のみ 先先着順
体・主催は市で、受付時間は各施設の執務時間中。 定定員超過の場合は抽選 問問い合わせ ☎電話番号 ☎ファクス番号 ●ホームページ ✉E-mail

子育て

多胎児交流会

7月10日(水)午前10時～11時半
▽場キセラ川西プラザ3階
こども・若者ステーション
就学前の多胎児と保護者、多胎児を妊娠中の人と家族、悩みや喜びなどを共有
アステ子育て支援ルーム ☎ (740) 1125
公園で遊ぼう

主場パステル保育園▽7月4日(木)午前10時半～11時半(雨天中止)▽未就学児と保護者▽ ☎ (757) 2440
キオラ親子
主場向陽台あすのこども園▽7月16日(火)午前10時～11時▽未就学児と保護者▽ ☎ (744) 0425

市助産師会▽7月25日(木)午前10時半～11時半▽場総合センター▽1歳以下の子どもと保護者▽内ベビーマッサージと交流・相談会▽ ☎ (757) 1000
1000円▽定15組▽ ☎ (757) 1000

7月24日(水)までに市助産師会へ▽ ☎ (758) 090 (9257) 8586
指定難病・小児慢性特定疾病医療費受給者証の更新
対象者に、申請書類を郵送しています。提出期限までに提出してください(平日のみ)。
届いていない人は伊丹健康福祉事務所へ。
 ☎ (785) 7462
【指定難病】
提出は8月16日(金)まで。
対受給者証の有効期限が10月31日(木)まで、平成11年11月2日以降に生まれた人
【小児慢性特定疾病】
提出は8月30日(金)まで。
対受給者証の有効期限が10月31日(木)まで、平成11年11月2日以降に生まれた人
保健センター
 ☎ (758) 4721
【水痘予防接種】
水痘予防接種を各病・医院で受け付けます(要予約。母子手帳持参)。生後12カ月から接種可。体調の良い時に早めに予防接種してください。
接種回数は初回を接種する月齢年齢により異なります。接種のスケジュールは、市ホームページや冊子「健康づ

くり事業のご案内」を確認してください。
市外(猪名川町を除く)で接種する場合、事前に保健センターで手続きが必要です。
【プレママ&プレパパ離乳食教室】
7月25日(木)午前9時45分～午後0時半▽場妊娠16週以上の妊婦や夫▽内離乳食の基本の話と調理実習(一品)▽ ☎ (758) 8398
16人▽ ☎ (758) 8398
【親子料理教室】
7月24日(水)午前10時半～午後0時45分▽場3～5歳児と保護者▽内「共食」の話と調理実習▽費1人1000円▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398
【親子で遊ぼうDAY】
7月6日(土)・25日(木)。いずれも午前10時～11時半▽場1～3歳の子どもと保護者▽内体を動かす自由遊び▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398
【親子で遊ぼう】
7月4日(木)・18日(木)。いずれも午前10時～11時▽場1歳の子どもと保護者▽内自由に遊びながら親子で交流▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398
【親子で遊ぼう】
7月27日(土)午前10時半～11時半▽場3歳～小学生と父親または両親▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398
【カプラで遊ぼう】
7月2日(火)午前9時半から作品を作ろう
7月25日(木)・26日(金)・29日(月)・8月19日(月)・20日(火)。いずれも午前9時半～10時半▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398

▽ ☎ (758) 8398
久代児童センター
 ☎ (756) 1321
【パパと遊ぼう】
7月27日(土)午前10時半～11時半▽場3歳～小学生と父親または両親▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398
【カプラで遊ぼう】
7月2日(火)午前9時半から作品を作ろう
7月25日(木)・26日(金)・29日(月)・8月19日(月)・20日(火)。いずれも午前9時半～10時半▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398

対4歳～小学生(未就学児は保護者同伴)▽ ☎ (758) 8398
7月2日(火)午前9時半から
【ベビー&マタニティママ交流会】
7月17日(水)午前10時半～11時半▽場妊娠中の人と、1歳未満の子どもと母親(きょうだい同伴可)▽内エコーや思い出の写真をスクラップ、交流など▽ ☎ (758) 8398
10組▽ ☎ (758) 8398

今すぐダウンロード

あなたのスマホに
＼かわにし／の子育て情報が届く

マチカゴ
machikago

子育て支援アプリかわにし版

子どもの生年月日を登録すると健診や予防接種、イベントなどの必要な情報を取得できます
問い合わせ こども支援課 ☎ (740) 1246

下記2次元コードからアプリをダウンロード

Google play App Store

Raise a child 自分で考え行動できる 子どもを育てる

子どもの成長的思考を伸ばすために
努力した過程を褒める



市教育委員 治部陽介さん

子どもは褒め方で変わる

発達心理学や障がい福祉の視点から子どもたちをサポートしてきた経験を活かし、昨年から教育委員を務めています。

これまで教育の世界では、IQや教科学力、記憶力などの「認知スキル」と呼ばれる能力が重視されてきました。

しかし、近年の研究では、「諦めずにチャレンジする力」「ストレスを跳ね返す力」など、学力テストで測ることができない力を伸ばすことが大切だとされています。これらは「非認知スキル」と呼ばれています。

非認知スキルは、幼少期以降でも関わり方次第で伸ばすこともできますが、できるだけ幼少期に伸ばしておくことが望ましいと考えます。幼稚園や保育所の4歳児の時には能力に個人差が出て来るともいわれています。

非認知スキルを伸ばすためには、固定的思考よりも成長的思考を育てる必要があります。

成長的思考は褒め方次第で育つんです。例えば、テスト

で満点を取った子どもを褒める時に、点数や能力について褒めるよりも問題を解く方法や努力したこと、根気などを褒めてあげると成長的思考が育ちます。

一方、点数や能力などを褒めると、固定的思考が育ってしまいます。そうすると点数が少しでも悪い場合に子どもは怒られてしまうと考え、怖がってしまうのです。

学力は動機づけと関係性が深いといわれています。努力した過程を褒められることや、どんな結果であれ努力が評価されることで、学習に対してより主体的に取り組んでいくと考えられています。

教育現場への浸透に期待

子どもたちが成長していく時に、引きこもりや貧困などの困難に直面することがあります。それを乗り越えるには、「レジリエンス」を高めておくことが大切です。

レジリエンスとは、「心の回復力」「ストレスから立ち直る力」のことをいいます。困難に直面したときに、自分にかかるストレスを跳ね返したり、人を頼って協力するこ

非認知スキル(一例)

- ✓ 諦めずにチャレンジする力
- ✓ ストレスを跳ね返す力
- ✓ 報酬を先送りにする力
- ✓ 人と協働する力
- ✓ 柔軟に考えを修正する力

認知スキル(一例)

- ✓ 読み書き能力
- ✓ 数字に強い
- ✓ コンピュータのスキル
- ✓ 記憶力
- ✓ 知能指数 (IQ)

とで解決したりするのに必要能力です。それが高いほど困難に立ち向かえると考えられています。

レジリエンスだけを高めるのでは不十分とされ、非認知スキルは包括的に伸ばすのが良いとされています。

非認知スキルを重要視することは、教育現場の一部では認識され始めています。しかし、全体的に理解されていくことがこれからの課題であると思います。

レシピ 川西・猪名川地域活動栄養士連絡協議会

●材料 2人分

カボチャ …………… 125g
ダイコン …………… 50g
小ネギ …………… 1本
濃口しょうゆ …………… 大さじ1／2
酢 …………… 大さじ1
揚げ油 …………… 適宜

熱量 (おとな1人分)：110kcal、塩分：0.7g

●作り方

- ①カボチャはくし切りにして5mm程度の厚さに切る。
- ②ダイコンはすりおろして濃口しょうゆ、酢と混ぜておく。
- ③小ネギは小口切りにする。
- ④カボチャを約170度(中温)に熱した揚げ油で素揚げにし、揚げたてのカボチャに②をかけて味をしみこませる。
- ⑤小ネギをふりかける。

POINT デンプンを多く含み、栄養価も長持ちするカボチャの旬は夏。酢の酸味で食べやすい一品に。



揚げかぼちゃのおろしあえ

素揚げで栄養価も甘味も UP

読み書きを通じた新たなつながり

識字教室で必要なのは
互いの理解を深め、信頼関係を築くこと

昭和63年、私は中学校教員という立場を離れ、解放学級の指導を行っていた縁もあり、総合センターへ赴任することになりました。昭和39年に成立した同和対策事業特別措置法の事業計画に基づき、部落差別の解消に向け立ち上がった人々の熱い願いを受けて作られたのが総合センターです。

同センターでは社会教育として解放学級や識字教室、生活改善として料理教室などの事業が行われていました。

識字教室には、成人女性が多く参加していました。参加者の女性たちは私が解放学級で指導していた生徒たちの母親に当たる人たちで、親子ともの教育を受け持つことにもなったのです。

識字の指導には同センター職員が携わっていました。参加者同士でも、読み書きのできる人が読み書きのできない人に教えるといった光景も見られ、同センター職員と地域住民それぞれが理解を深めながら授業が進められていました。教室では読み書きだけを勉強するのではなく、生い立ちや結婚問題などについて何度も学習し、これらを演劇や詩にして解放文化祭で舞台発表していました。

識字教室などの事業は、参加者がいなければ成り立ちません。事業に参加してもらうためにも、信頼関係を築くことが必要だと考えました。参加者との対話を重ね、徐々に互いに理解し合えるようになっていったように思います。

現在でも識字教室は「よみかき教室」と名前を変え、昼と夜に学習をしています。地域住民だけでなく外国人の生徒が加わり学習をしています。

(緑台小学校区人権啓発推進委員会委員長 矢野端)

「無料」のはずが26万円

廃品回収サービスのトラブル
「無許可」の回収業者にご注意

事例 テレビを廃棄したかったので、軽トラックで何でも無料で回収するとアナウンスしている業者を呼び止めた。業者は家に上がってきて「これも壊れている。これも捨てたほうがいい」と言ってテレビ、全自動洗濯機、小型冷蔵庫など7点の電化製品を次々と軽トラックに積みこんだ。「賞味期限が切れている食品や古い衣類も捨てたほうがいい。ごみはサービスで捨ててあげる」と言ってごみ袋に詰めて帰ってくれた。最後に「処分費は26万円」と言われて驚いた。そんな金額は払えないと何度も何度も話して、やっと6万円にしてもらって払ったが、高額ではないか。領収書もないし、業者の住所や電話番号も分からない。(70歳 男性)

「無料回収」をうたって巡回している廃品回収業者に依頼し、積み込んだ後に思いもかけない高額な料金を請求されたという相談事例です。家庭から出るごみの収集・運搬は、市の許可を受けた事業者しか行えません。安易に処分を依頼することは、トラブルや不法投棄・不適正処理のもとになりやすいので注意が必要です。大型ごみや不用品の処分は市のルールに従って行いましょう。最近はインターネットで調べた事業者に頼んでトラブルになったという事例も増えてきています。廃棄物の処理を依頼するときは、事前に市の一般廃棄物処理業の許可を持つ複数の事業者から見積もりを取り、料金だけでなく作業内容も比較検討しましょう。契約時や作業開始前には追加料金がないか確認し、作業時には家族や周りの人に立ち会ってもらうことも大切です。不審に思ったら、消費生活センターに相談してください。



6/14 夜を彩るホタルの舞

ゲンジボタルが作りだす幻想的な光景

市中北部の河原で、初夏の風物詩ゲンジボタルが姿をみせました。午後6時ごろに少しずつ光りはじめ、7時半ごろには暗闇の中で約20頭が明滅しながら舞っていました。



6/9 身近な川で自然を学ぶ

環境学習を兼ねて約60人が参加

一庫ダム下流の一庫大路次川で、猪名川漁業協同組合と(独)水資源機構一庫ダム管理所が協同して開催。参加した子どもたちは「元気だね」「大きくなってね」と言いながらアユを放流していました。



5/17 人権擁護委員を表彰

近畿人権擁護委員連合会長表彰を受ける

伊丹人権擁護委員協議会総会で、市人権擁護委員の河島誠さんが表彰されました。委員を長年務め職務上の功績が顕著な委員が対象とされ、市で活躍される委員が表彰を受けるのは平成25年以来6年ぶりとなります。



5/18 元プロ選手が実践指導

市少年軟式野球連盟の子ども約150人が参加

川西北小学校で「つばめ野球教室」が開催されました。この教室は13年前から野球技術の向上などを目的に開催されています。参加した子どもたちは元プロ野球選手の技術に目を輝かせていました。



4/18 水泳全国大会で優勝

10歳以下200m個人メドレーで優勝

全国JOCジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会で優勝した小林愛菜さんが、同大会に出場した姉の愛莉さんとともに市役所を訪問。大会を振り返るとともに、市長に今後の抱負について話しました。



6/2 伝統のちまきづくり

旧暦の端午の節句に行われる黒川地区の伝統

黒川地区のしまぎさ助産院で、炭焼き農家の今西さん家族と子育てサークル「バネの会」主催のちまき作りが行われました。通常のササで包むちまきとは異なり、カシワとヨシの葉でモチを包む全国的にも珍しいもの。親子など約40人で約150本を作り、参加者で素朴な味わいを楽しみました。



6/13 泥んこで体験学習

久代小学校5年生が地元農家で田植え体験

久代地区で農家を営む増井さんの水田で、82人の子どもたちが昔ながらの手植えを体験しました。裸足で足を踏み入れると、「泥が気持ちいい」「どんどん沈んでいく」と大はしゃぎ。泥の感触を楽しみながらも、大きく育つようと丁寧に稲を植えていました。



6/2 華やかな大正時代を再現

郷土館で「東谷ズム」を開催

東谷地域内外から集まった「東谷ズムサポーター」や地域自治会などが協力し、開催したこの催しは今回で8回目。当日は約1,000人の来場者が出店のグルメや殺陣のパフォーマンス、蓄音機コンサート、アコーディオンの生演奏などのイベントを楽しんでいました。



5/26 出水期に備えて訓練

猪名川河川防災ステーションで水防訓練を実施

市消防団員を中心に、市職員や川西警察署員など約160人が水防訓練に参加。大雨の想定で増水による越水を防ぐため、土のうを約1,000個作成し「改良積み土のう工法」を実施し、水が漏れないよう確認しながら、迅速に訓練に取り組みました。



児童文学作家

安田夏菜さん

川西市在住。子どもの頃から本が好きで、高校生の時に新聞部に所属し、文字を書く楽しさに目覚める。平成11年に「ピーチウインド 潮の香り」(安田裕子名義)で第49回毎日児童小説コンクール最優秀賞を受賞し、31年に「むこう岸」で、児童文学の創作、評論・研究の優れた単行本に対して与えられる、第59回日本児童文学者協会賞を受賞。また、落語台本でも入選するなど、児童文学だけでなく多方面で活躍中。

——今回の受賞作品について教えてください

格差社会が生んだ人の分断というテーマについて描こうと思い、エリートの少年と貧困家庭の少女の二人を主人公にしました。生活状況に格差のある二人の出会いが面白いものを生み出すのではないかと考えました。貧困問題を書いたルポルタージュを読むことが多いのですが、救いようのない内容がほとんどです。必要な情報を得て、制度を正しく理解さえすれば自分の希望をかなえられる救いのある話にしたかったんです。読んだ人にこの世界は生きるに値するもので、生まれてきてよかったという思いを持ってほしいと思っています。

——普段どのように執筆されていますか

台所やリビング、息子が使っていた部屋などいろいろな場所で物語を考えて書いています。考えが煮詰まった時にはカフェを利用したり、近くの里山を散歩するようにしています。川西は住宅のすぐそばに自然環境があって、自然の中を散歩するのはいい気分転換となり、アイデアが浮かぶこともあるんですよ。

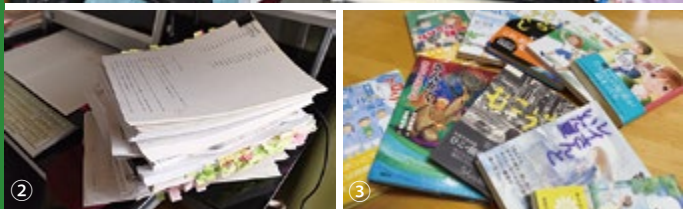
——本の持つ魅力について教えてください

本は活字のため絵が少なく、自分で場面を想像しないといけないんです。映像や漫画とは異なり、考える力や想像力のトレーニングになります。幼少時から両親が本を読んであげるなど、本にふれる機会を増やしてあげてほしいと思っています。



第59回日本児童文学者協会賞を受賞 希望ある話を創りたい

「むこう岸」で描く格差社会、人の分断を乗り越え生まれてきて良かったと感じてほしい



①独立した息子の部屋も執筆部屋に②作品のゲラ刷りは努力の証③これまで出版した作品は10冊。それぞれに思い入れが④日本児童文学者協会賞の授賞式



CHECK & QUIZ

次の空欄(○の中)を埋めてください。

1:特集 ○の声を聞く一健診からの第一歩 2:仲間と一緒に○ーダーになるセミナー

クイズ正解者の中から図書カード(1,000円分)を5人に差し上げます(正解者多数の場合は抽選。当選者のみに送付します)。応募方法:市ホームページ(右の2次元コードからアクセス可)から必要事項を送信するか、ハガキにクイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、興味のある記事と感想を書き、7月10日(水)(消印有効)までに〒666-8501・秘書広報課「クイズ」係へ。

※6月号の正解は(バ)(水)で、97件の応募がありました。



5月末現在の人口

男………74,710人 (-49)
女………82,930人 (-24)
計………157,640人 (-73)
世帯数…70,065世帯 (+24)

